

بهمنی: ارز حجاج بانرخ مبادله‌ای

پرداخت می‌شود

❖ رئیس کل بانک مرکزی: تغییر نرخ سود بانکی در دستور کار شورای پول و اعتبار است
❖ حجم نقدینگی در حال حاضر به ۳۰/۸در صد کاهش یافته است

صفحه ۴

شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۲ - ۲۳ جمادی‌الثانی ۱۴۳۴ - مه ۴ - ۲۰۱۳ - شماره ۲۵۵۸۲ - ۱۶ صفحه به همراه ۸ صفحه ضمیمه - ۲۰۰ تومان

هتک مقدسات مذهبی در سوریه

تلاش تروریست‌ها برای افروختن جنگ فرقه‌ای



❖ گروه‌های تروریستی در سوریه بارگاه «حجرین عدی» صحابی رسول الله و یار وفادار حضرت علی(ع) را نبش کرده و پیکر مطهرش را ربودند
❖ گروه جبهه النصره وابسته به القاعده مسئولیت تخریب بارگاه و نبش قبر حجرین عدی را بر عهده گرفت
❖ نخست‌وزیر عراق و حزب‌الله لبنان تخریب و نبش قبر حجرین عدی را محکوم کردند
❖ واشنگتن: با مسلح کردن مخالفان سوری مخالفت نداریم
❖ آمریکا محموله‌ای ۸ میلیون دلاری را تحویل مخالفان در سوریه داد
❖ اخضر ابراهیمی نماینده سازمان ملل در امور سوریه استعفای خود را تقدیم کرد
❖ آیت‌الله العظمی جعفر سبحانی! این جنایت اقدامی خطرناک است که با اقدامی خطرناکتر ادامه خواهد یافت پس بر علمای اسلامی، حکومت‌های اسلامی و ائمه جمعه و جماعات واجب است با بسیج توده‌ها در مقابل این موج کینه‌توز خطرناک بایستند

صفحه ۱۶

تجلیل از قدیمی ترین نشریه

در حال انتشار کشور

❖ مراسم تجلیل از نشریه «بیداری» قدیمی‌ترین نشریه در حال انتشار کشور در کرمان برگزار شد

صفحه ۳

یادداشت سردیویی

اقیانوس آرام

❖ علیرضا خانی

در میان هیاهوهای بسیار سیاسی و جنجال‌های بی‌پایی انتخاباتی، هفته گذشته اتفاقی افتاد که «ارزش» آن، قربانی فضای داغ سیاسی و تبلیغاتی شد و تقریباً هیچ کس درباره آن سخن نگفت.
این، از معایب و مضار دوران رخدادهای داغ سیاسی و «شرایط قبل از انتخابات» است که تقریباً همه اتفاقات دیگر را، ولو مهم‌تر هم باشد، تحت الشعاع قرار می‌دهد و به تاریخانه فراموشی می‌سپرد.
اتفاق مهمی که هفته پیش رخ داد و کاملاً غریب ماند و در لا به لای اخبار کم‌اهمیت‌تر، اما جنجالی‌تر، غبار سکوت بر آن نشست «ابلاغ سیاست‌های کلی تحول در نظام آموزش و پرورش» توسط رهبری به رؤسای سه قوه و نیز رئیس مجمع تشخیص مصلحت نظام بود.
در نوشتار پیشین اشاره کردم که اگر فقط همین یک قلم، یعنی «آموزش و پرورش» طی دهه‌های پیش توانمند و بسامان و فرهیخته شده بود، اینک انتخابات نیز مانند بسیاری از دیگر بخش‌ها، کاری آسان‌تر و مطمئن‌تر بود و ما داشتیم صدها رجل توانمند و فرهیخته و کاربلد که یکی از دیگری بهتر بودند و این، انتخاب بین «خوب» و «بهتر» را آسان‌تر می‌کرد....
در یکی از بندهای سیاست‌های کلی تحول در آموزش و پرورش چنین می‌خوانیم:
«ارتقاء جایگاه آموزش و پرورش به مثابه مهم‌ترین نهاد تربیت نیروی انسانی و مولد سرمایه اجتماعی و عهده‌دار اجرای سیاست‌های مصوب و هدایت و نظارت بر آن (از مهد کودک و پیش‌دستانی تا دانشگاه) به عنوان امر حاکمیتی با توسعه همکاری دستگاه‌ها»
سرمایه اجتماعی مقوله‌ای نسبتاً نو در علوم اجتماعی جدید است. سرمایه اجتماعی دارای سه مؤلفه مهم «اعتماد اجتماعی»، «انسجام اجتماعی» و «مشارکت اجتماعی» است که رابطه علت و معلولی متقابل با یکدیگر دارند. سرمایه اجتماعی وابستگی و ارتباط متقابل و محکمی با سرمایه فیزیکی، اقتصادی و انسانی دارد، به سرعت توسعه اقتصادی و فرهنگی و اطلاعاتی و رشد و بالندگی جامعه باری می‌رساند: موجب ایجاد حس همکاری و همیاری و مشارکت میان اعضای جامعه می‌شود؛ و مهم‌تر این که شرط لازم برای توسعه نظامات اجتماعی و ایجاد جامعه مدنی به منظور تعامل متقابل و متناظر همه عوامل اجتماعی است. فی‌المثل، چنانچه سرمایه اجتماعی «اعتماد» در جامعه ضعیف باشد تعامل و حتی ارتباط افراد در سطوح خرد نیز دشوار و بالمالاً کم‌رنگ می‌شود. جوی از نویدی و یاس و نگرانی بر جامعه مسئولی می‌شود که نه تنها ارتباط بین الاشخاص را زایل بلکه کنش‌های اقتصادی و معاملات تجاری را با اختلال عمیق رو به رو می‌کند. اعتماد اجتماعی باید در ارکان اجتماع از خرد تا کلان (فرد - اجتماع - دولت) وجود آید. فقدان سرمایه اجتماعی اعتماد آسیب بسیار بزرگی است که کوچکترین نمونه عینی آن را می‌توان در بحران چک‌های برگشتی مشاهده کرد.

ضعف و نقص هر یک از سرمایه‌های اجتماعی «مشارکت اجتماعی» و «انسجام اجتماعی» نیز آثار شدت سوء و بدشگونی بر ساختار اجتماعی یک ملت به عنوان یک جامعه دارد. به ساده‌ترین توصیف، آنچه یک ملت در برابر بیگانگان احیاناً متخاصم به آن نیاز آکید دارد همان انسجام اجتماعی است. فی‌المثل مسئولان کشور در موضوع این مدام بر انسجام اجتماعی تکیه و تأکید می‌کنند اما کمتر توجه دارند که رستگاه و خاستگاه این «انسجام» را باید در نظام آموزش و پرورش جستجو و دنبال کنند. بر همین روال، مشارکت اجتماعی موضوعی است که حکومت نوعاً در عرصه و هنگامه انتخابات به دنبال آن می‌گردد و معمولاً فراموش می‌شود که «مشارکت اجتماعی» سرمایه و گوهر بزرگی است که در همه عرصه‌ها می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای ایفا کند. از رشد تولید تا افزایش اشتغال و مدیریت مصرف و کمک به حفظ محیط زیست و نظارت بر رفتارهای شهروندی و کنترل بزهکاری و ناهنجاری و رشد رفتارهای مطلوب و ارتقاء فرهنگ و رشد دانش و دین و... الی ماشاءالله بهره‌بسیپی که می‌توان از «سرمایه مشارکت» گرفت و متأسفانه ما فقط این سرمایه بزرگ را به صندوق رأی محدود کرده‌ایم.

به روی، با کاهش و افول سرمایه اجتماعی، شاهد تبعیض، نابرابری، مهاجرت، عدم حس اعتماد عمومی، کاهش مشارکت اجتماعی، تنزل رفتارهای نועودستانه و خیره، افزایش انحرافات و اعتیاد و فروپاشی خانواده‌شکاف‌بین نسلی خواهیم بود که برپرسی اهمیت و میزان تأثیرگذاری هر یک از این متغیرها از ظرفیت این مقال و مجال بیرون است.

سرمایه اجتماعی مقوله بسیار مهم و مدرنی است که در سه دهه اخیر مورد توجه و وثوق متفکران بزرگ علوم اجتماعی قرار گرفته است. به تعبیری، سرمایه اجتماعی منبع بزرگی از انرژی متراکم کشف نشده - همچون نفت - در دل هر جامعه بود که کشف آن قدرت اثرگذاری پشیر بر آن را به منظور بهره‌مندی از مواهب بیشمار بوجود آورد. به عقیده آنتونی گیدنز شرط لازم برای توسعه هر نظام اجتماعی، گسترش حوزه عمومی و جامعه مدنی است که این پدیده‌ها تنها با «سرمایه اجتماعی» امکان تحقق می‌یابند. به عبارت دیگر بدون سرمایه اجتماعی، «حوزه عمومی» متحقق نمی‌شود. حوزه عمومی فضایی است که در آن همه پارامترها

بقیه در صفحه ۲

پنتاگون: کره شمالی می‌تواند با سلاح اتمی

آمریکا را هدف بگیرد

❖ کره شمالی بزرگترین چالش امنیتی آمریکا است
❖ دادگاه کره شمالی، شهر وند آمریکایی - کره‌ای را به ۱۵ سال حبس با اعمال شاقه محکوم کرد

صفحه ۱۶

آغاز فروش خودرو

باقیمت‌های جدید از امروز

❖ خودروسازان قول داده‌اند مابه‌التفاوت قیمت جدید و قدیم خودروهای فروخته شده قبلی را به مشتریان خود برگردانند
❖ مدیرکل وزارت صنعت: با مشخص شدن قیمت نهایی، خودروسازان تلاش خود را برای افزایش تیراژ تولید خودرو به کار خواهند بست

رقابت، فروش محصولات‌شان از ۱۴ اردیبهشت بر اساس قیمت‌های جدید انجام خواهد شد. در این میان، محمدعلی قادری معاون بازاریابی و فروش سایپا از بقیه در صفحه ۴

یادگار امام: نقد عملکرد

دولت‌ها باید متصفانه باشد

❖ حجت‌الاسلام والمسلمین سید علی خمینی: قهر و گوشه‌گیری و انفعال با هویت یک انقلابی و فرد معتقد به نظام سازگار نیست

❖ نمی‌گویم مشکلات و اشتباهات زیاد نیست، اما نباید به‌گونه‌ای نقد کنیم که انکار هیچ خدمتی انجام نشده است
❖ کسانی که قرار است در آینده در مسند امور قرار گیرند دستاوردهای دولت فعلی را هم متصفانه ببینند

صفحه ۲

دیدار جلیلی و اشتون

در استانبول؛ ۲۵ اردیبهشت

❖ سخنگوی مسئول سیاست خارجی اتحادیه اروپا: هدف از این دیدار ادامه تلاش‌ها برای یافتن راه حل اختلاف میان ایران و ۵+۱ است

❖ این دیدار دوجانبه انجام می‌شود و نمایندگان گروه ۵+۱ در آن حضور نخواهند داشت

صفحه ۲

اقتصادی

گذری

بر بازار کار

صفحه ۷

معارف

رسالت انسانی

از دیدگاه تاریخ

مرحوم علامه محمد تقی جعفری

صفحه ۶

گزارش

زلزله در کمین

بافت‌های فرسوده

صفحه ۵

یادداشت

انتخابات، رقابت

و حزب

دکتر حسین واله

صفحه ۲

سامسونگ

SAMSUNG

با SMART TV سینمای خانگی

هدیه بگیرید



55ES8880

پدر، مادر روزتان مبارک



HT-E445

۴ عدد عینک اکتیو سه بعدی

فقط برای مدت محدود و مدلهای خاص

فقط با ضمانت سرویس مرکز تماس: ۰۲۱-۸۲۵۵۰۱

SAMSUNG

خطیب نماز جمعه تهران: مشارکت در انتخابات

یک تکلیف است



امام جمعه موقت تهران در خطبه‌های نماز جمعه تهران گفت: انتخاب برای هر کسی در دنیا محترم است، ولی این مسأله در نظام جمهوری اسلامی ایران یک تکلیف است؛ چراکه دشمن، نظام و کشور را احاطه کرده است و حضور مردم در انتخابات می‌تواند دشمن را به عقب براند. به گزارش ایسنا، آیت‌الله امامی کاشانی با اشاره به اهمیت یازدهمین دوره انتخابات ریاست‌جمهوری، گفت: انتخاب برای ایران نقش مهمی دارد. مردم نقل جهان اسلام، جمهوری اسلامی است، به همین دلیل ایران از نظر اقتصادی، سیاسی، فرهنگی و حتی نظامی احاطه شده است و هدف، نابودی خیمه ایران است؛ از این رو انتخابات نقش بسیار مهمی در برآورده نشدن این قصد دشمنان دارد. حضور مردم در انتخابات به طور کلی می‌تواند دشمن را از این اهداف عقب براند.

وی خطاب به کاندیداهای ریاست‌جمهوری، تصریح کرد: برقراری ارتباط با آمریکا در توان و اختیار شماست که بخواهید درباره آن صحبت کنید، بلکه این موضوع از اختیارات رهبری و ولی فقیه است.

امام جمعه موقت تهران خطاب به کاندیداهای احتمالی ریاست‌جمهوری متذکر شد که با خود فکر کنید و ببینید که آیا ویژگی‌های رئیس‌جمهوری را دارید؟ اگر نداشتید تمثیل نکنید.

امامی کاشانی افزود: کاندیداهای ریاست‌جمهوری باید مشاوران اقتصادی استخدام کنند، درباره نحوه استفاده از امکانات کشور به تفصیل برای مردم توضیح دهند.

امام جمعه موقت تهران برای کلی مسائل داخلی و خارجی با تحقیر مجلس شورای اسلامی و شوراهای اسلامی شهر و روستا در شان کاندیداهای احتمالی ریاست‌جمهوری ندانست.

وی با بیان آن که دشمن جهان اسلام را احاطه کرده است، افزود: برافروختن جنگ به نام مسلمانان و در جهان اسلام توسط دشمن دنبال می‌شود، در حالی که سایر (ص) فرمودند: ریختن خون و آبروی مسلمانان با مسلمان حرام است". سلفی‌ها و آخوندک‌های آنان که نه شیعه هستند و نه

مسلمان، امروز مصداق یادکردن فکر صهیونیست هستند. خطیب نماز جمعه تهران با گرامی‌داشت روز معلم، گفت: حکمت، عرفان، ادب، شجاعت و نور وجود امام خمینی (ره) در وجود متفکر بزرگ‌ا امامی‌بعنی شهید مرتضی مطهری متبلور شد. رحمت خدا بر آن استاد و شاکرد.

امام جمعه موقت تهران با اشاره به مقام شایخ معلمان، گفت: رهبر عزیز سرمایه کشور را نسل جوان و درس‌خوانده می‌دانند. این نسل از تکنولوژی، پول و تمام امکانات مادی دنیا بالاترند. این جوانان در آموزش و پرورش، تعلیم و تربیت می‌بینند و آموزش و پرورش از این نظر اهمیت زیادی دارد. امامی کاشانی سپس با گرامی‌داشت ولادت حضرت زهرا (س) و روز مادر، گفت: غرب هم روز گرامی‌داشت مادر دارد. ویکتور هوگو می‌گوید: "مادر

از آسمان نگاه می‌کند". روایات عجبی در کنار آیات شریف قرآن را در زمینه به وفور قابل مشاهده است. قرآن، مادر را پدر مقدم داشته و در روایات هم بهشت زیر پای مادران تعبیر شده‌است.

امام جمعه موقت تهران افزود: توصیه‌های اسلام و روایات به فرزندان درباره آینده و قیامت است. توقع و انتظار مادر از فرزند در قیامت‌شکی روز قیامت به فریب‌های سیره نخواستار شد.

وی با تبیین جایگاه مادر در درگاه الهی، گفت: مادر در درگاه الهی به حدی بزرگ و با عظمت است که دعای مادر به فرزند از دعای پدر به فرزند نافذ تر است چون مادر مصداق رحمت و مظهر عاطفه الهی است. خدا را مادر انتظار دارد مطیع او باشد و الگو هم فاطمه زهرا (س) است. پیروی

خطیب جمعه قم: بیداری اسلامی تا حصول قیام جهانی

ادامه دارد

قم -خطیب جمعه قم گفت: بیداری اسلامی به پرکت ارزش‌های انقلاب اسلامی خاموش شدنی نیست و تا حصول قیام جهانی به راه مستقیم ادامه خواهد داد. حجت‌الاسلام والمسلمین سپیدمحمد سعیدی در خطبه‌های نماز جمعه قم با اشاره به اجلاس جهانی علما و بیداری اسلامی در تهران، برگزاری این اجلاس را نشانگر ظرفیت جهان اسلام و نقش محترمفرعدهای اسلامی ایران در ایجاد و زنده نگه داشتن موج بیداری اسلامی دانست.

وی گفت: این اجلاس با توجه به سخنان رهبر معظم انقلاب و دیگر علمای توانمند و فعال و همهگرنی مسلمانان و مخالفه با توجه دشمنان بسیار مؤثر باشد.

خطیب جمعه قم در بخش دیگری از خطبه‌ها با انتقاد از جسارت تروریست‌ها به قبر حبرین عدی صحابی پیامبر

دولت لایحه بودجه‌ای را تهیه کرده است که علاوه بر نادیده گرفتن برخی از اصول قانون اساسی و بسیاری از قوانین و مقررات مالی و محاسباتی، مناسب شرایط کنونی نیست و راهبرد های کنترل بی ثباتی متغیرهای کلان اقتصادی را در بودجه مورد توجه قرار نداده است.
با توجه به مطالب گفته شده در این گزارش که در مبنای تحلیل برخی از احکام ساهده واحده لایحه بودجه سال ۱۳۹۲ به دست آمده است، می توان چنین نتیجه گیری کرد:
لایحه بودجه سال ۱۳۹۲ به شدت دچار بی انضباطی مالی (بودجی ای) است، زیرا پیش بینی درآمد‌ها قابل انکسار و هزینه هاهم کنترل شده نیست؛ کسری بودجه پنهان وجود دارد و به دلیل درج نشدن برخی از احکام واگذاری دارایی های مالی دولت (در بندهای ماده واحده لایحه ذکر شده اند) در ردیف های بودجه‌ای؛ منابع و مصارف بودجه عمومی دولت غیرشفاف است.
۲- دولت تمایل دارد مشکلات مالی و بودجه ای خود را از طریق تصفیه ارزش پول ملی در برابر پول های خارجی حل کند.
۳- وابستگی بودجه عمومی به نفت، بیشتر خواهد شد، زیرا دولت کاهش صادرات نفت را از طریق فروش گران تر از حاصل از صادرات آن جبران خواهد کرد.

طرح تعزیراتی اجاره مسکن امسال هم اجرامی شود

طرح برخورد تعزیراتی اجاره مسکن امسال اجرامی شود. اجرای این طرح در پارسال به نفع مردم بود، بنابراین برای تعیین میزان مجاز بودن اجاره‌ها باید جلسه چهار نهاد مسئول برگزار شود.
امورافصل بودجه و امورمسکن و ساختمان وزیر راه و شهرسازی در گفتگو با فارس گفت:مردم برای خرید مسکن عجله نکنند، چرا که امسال اوج عرضه مسکن است و فرضیه شوک قیمت مسکن در ۹۲ متصور نیست.
وی تاکید کرد: قیمت مسکن نسبت به سایر کالاها کمتر گران شده است و هرچقدر هم که مردم برای خرید مسکن عجلش داشته باشند، با توجه به وفور عرضه و تولید مسکن، بازار مسکن قابل کنترل است.

معاملان یک جامعه اعم از روحانی و غیرروحانی است. حاجی‌بابایی خیمه ایران است؛ از این رو انتخابات نقش بسیار مهمی در برآورده نشدن این قصد دشمنان دارد.
نقشه راه بر اساس آموزه‌های قرآنی، سیره معصومین به ویژه حضرت زهرا (س)، بر اساس راه امام (زه)، راه رهبری، است و اهداف باید با بیان آن که قرآن کریم، پیامبر (ص) و امام داه داد: میزان رشد یک جامعه بر اساس میزان رشد معلمان یک جامعه است ودر رابطه با توجه به رشد معلمان یک جامعه اعم از روحانی و غیرروحانی است.
حاجی‌بابایی اعلام داد: نقشه جامع آموزش و پرورش و نقشه راه بر اساس آموزه‌های قرآنی، سیره معصومین به ویژه حضرت زهرا (س)، بر اساس راه امام (زه)، راه رهبری، است و اهداف باید با بیان آن که قرآن کریم، پیامبر (ص) و امام داه داد: میزان رشد یک جامعه بر اساس میزان رشد معلمان یک جامعه است ودر رابطه با توجه به رشد معلمان یک جامعه اعم از روحانی و غیرروحانی است.

برخورد تعزیرات اجاره بها این است که قدرت چانه‌زنی را به مستأجران می‌دهد و تفاوت قیمت های اعلام شده را با قیمت های اجرا شده در بازار تا ۵ درصد می رساند.

نامبرده گفت:اگر در بررسی اجاره بها به میانگین نزدیک ۲۰ درصد رسیدیم، احتمالاً در عدد ۹۱ یک تجدید نظرهای خواهد شد.

وی گفت: برخلاف یک عده بنده معتقد هستیم که وقتی قیمت

اعلام می شود دارای مزیت‌های زیادی است و حداقل درصدی از خانوارها این قیمت‌ها را رعایت می کنند.

۹۱نرخ تعزیرات اجاره مسکن ۱۴ تا ۱۵ درصد اعلام شد.
شاید میانگین آن در بازه ۵ درصد بالاتر داشت. به عنوان مثال افرادی بودند که چون همدیگر را می شناختند:

طرح برخورد تعزیرات اجاره بها این است که قدرت چانه‌زنی را به مستأجران می‌دهد. وقتی دولت نرخ خاص به بنده اعتراض کردند که شما باید نرخ اجاره بها را ۱۰ درصد اعلام می کردید.معمولاً وقتی آماری از سوی بانک مرکزی اعلام می شود باید یک یا دو درصد پایین تر از نرخ بانک مرکزی اعلام کنید؛ چرا که برخی از افراد بحث اجاره بها را رعایت می کنند و افزایش را اعلام نمی کنند.

وی اضافه کرد:مزیت اجرای طرح برخورد تعزیرات اجاره بها این است که این سود که قدرت چانه‌زنی را به مستأجران می‌دهد. وقتی دولت نرخ

اجاره بها را ۱۵ درصد اعلام می کند، برخی صاحبخانه‌ها و مالکان که رقم بالا را در نظر می گیریم، تفاوت عدد ما با میانگین عددی که بنده نسبت داده ام را در نظر می گیرند. این مقام مسئول گفت: در سال جاری با بررسی سامانه و منابع

است، خریداری کنند.
عبدالله بابایی افزود: قیمت خودروهای وارداتی که از ۱۷ بهمن اقدام به خرید شده‌اند و نمایندگی های مجاز ایران خودرو کرده اند هم بر اساس مصوباتی که امروز ارائه شده تعیین خواهد شد و چنانچه افزایش دریافت وجود داشته باشد، به مشتریان باز گردانده می شود.

همچنین مدیرفروش گروه خودروهای ایران خودرو با اعلام اینکه فروش محصولات این گروه از امروز بر اساس مصوبات شورای رقابت آغاز می شود، افزود:مردم می توانند به صورت اینترنتی

هم به صورت حضوری در نمایندگی های مجاز گروه خودروهای ایران خودرو، خودرو مورد نیاز خود را با قیمتی که شورای رقابت اعلام کرده

رئیس کل بانک مرکزی اعلام کرد:تغییر نرخ سود بانکی در دستور کار شورای پول و اعتبار قرار دارد.

به گزارش مهر، محمود بهمنی در پاسخ به این پرسش که آیا نرخ سود بانکی در سال جاری تغییر می کند؟ اظهارداشت: تغییر نرخ سود بانکی موضوعی است که باید مجموعه اعضای شورای پول و اعتبار درباره آن توافق کنند.

وی با اشاره به تورم کنونی گفت : بر اساس پیش بینی بانک مرکزی نرخ تورم بالاتر از این میزان بود. اما با جمع آوری نقدینگی توانستیم سرعت رشد نرخ تورم را کاهش دهیم. رئیس کل بانک مرکزی همچنین از نزدیک شدن نسبت تسهیلات بانکی به منابع بانکها خبر داد و افزود: نسبت تسهیلات به منابع بانکها ۱۱ درصد و فراتر از حد مجاز بود که اکنون به حدود ۱۰۰ درصد رسیده و به تعادل نزدیک شده است. وی کاهش مطالبات معوق را از دیگر دستاوردهای نظام بانکی دانست و تصریح کرد: نسبت مطالبات به عاری به کل تسهیلات در بهمن گذشته ۱۶٫۹ درصد بود که در اسفند گذشته به ۱۸٫۲ درصد رسید. اما اکنون به ۱۴٫۷ درصد کاهش یافته است.بهمنی همچنین حجم نقدینگی که در ۳۷٫۵ درصد رسیده بود، اکنون ۳۰٫۸ درصد رسیده است.

رئیس کل بانک مرکزی همچنین از برنامه‌ریزی این بانک برای تأمین کل زائران حج تمتع و عمره خبر داد و گفت: قیمت

توقف اجرای فاز دوم هدفمندی یارانه ها در سال جاری

معاملون بودجه معاونت برنامه‌ریزی و نظارت‌های راهبردی رییس‌جمهوری از توقف اجرای گام دوم قانون هدفمندسازی یارانه‌ها در سال جاری خبر داد.

رحیم ممینی در گفتگو با ایسنا درباره توقف اجرای گام دوم قانون هدفمندسازی یارانه‌ها در سال جاری گفت: قیمت

نامه‌های سال ۹۱ متوجه خواهیم شد که میانگین اجاره بها ثابت شده در سال گذشته چه میزان است. اگر به میانگین نزدیک ۲۰ درصد رسیدیم، احتمالاً در عدد سال گذشته یک تجدید نظرهایی خواهد شد.در این خصوص البته مجدداً با رئیس سازمان تعزیرات، سازمان حمایت از مصرف‌کننده و اتحادیه املاک برای تعیین نرخ اجاره بها جلسه خواهیم داشت.

وی در باره اینکه اجرای طرح تعزیرات اجاره بها در سال جاری



قطع می‌است؟ گفت: قطعاً باید اجرا شود چون برخلاف نظر برخی از کارشناسان اقتصادی که می‌گویند نهایتاً ۱۸ تا ۲۰ درصد اجاره بها را می‌تواند دولت تعیین کند، دولت موظف است در برخی از موارد برای حمایت از مصرف‌کننده‌ها

داخلی خودروسازان تلاش خود را برای افزایش تیراژ تولید خودرو به کار خواهند بست.

کمیوتر فروتنی در گفتگو باایسنا اظهار داشت: طولانی شدن روند تعیین قیمت خودروها تأثیرات نامطلوبی بر خودروسازان و قطعه‌سازان داشته است. وی ادامه داد: در اسین مدت فروش خودروسازان کاهش یافته و با کم شدن جریان ورود نقدینگی به شرکت‌های خودروساز، پرداخت مطالبات قطعه‌سازان با مشکل مواجه شده است.

فروتنی با بیان اینکه امیدواریم هر چه زودتر قیمت جدید خودروهای داخلی به شکلی منطقی و کارشناسی به دست تعیین شود، خاطر نشان کرد: پس از ابلاغ قیمت‌های جدید، خودروسازان شندن قیمت نهایی خودروهایی

را برای اینکه گران‌تری برای تأمین ارز زائران حج تمتع و عمره وجود ندارد، اطمینان داد به زائران حج به میزان تعیین شده از طریق بانکها ارز به نرخ مبادله ای داده خواهد شد.از رئیس کل بانک مرکزی سؤال شد که سازمان حج و زیارت دلایل چند برابر شدن قیمت حج تمتع را گرائی ارز عنوان کرده است؟ که وی در پاسخ گفت: اگر قرار باشد قیمت‌های حج تغییر کند، باید براساس نرخ تورم بانک مرکزی که این سال صورت گرفته تغییر نصیر کرد؛ برای مرکز نرخ تورم در دوره ماه منتهی به اسفند سال ۹۱ را معادل ۳۰٫۵ درصد اعلام کرده‌است.این در حالی‌ست که غلاراضراحی معاون حج سازمان حج و زیارت پیش از این با بیان اینکه حداقل قیمت برای اعزام به حج سال جاری ۱۲ میلیون و حداکثر ۱۲ میلیون ۶۰۰ هزار تومان است، گفته بود: این رقم در سال گذشته حداقل ۴ میلیون و ۵۰۰ هزار تومان و حداکثر ۶ میلیون تومان بود.

۹۲ اظهار کرد: پیشنهاد ما رقم ۱۲۰ هزار میلیارد تومان بود، اما در نهایت کمیسیون تلفیق رقم ۵۰ هزار میلیارد تومان را مصوب کرد و با درخواست تجدید نظر مواجه شد.

وی با تأکید بر اینکه تصویب رقم ۵۰ هزار میلیارد تومان به معنای توقف اجرای فاز دوم قانون هدفمندسازی

طرح تعزیراتی اجاره مسکن امسال هم اجرامی شود

مضعگیری کند. زمانسی که بازار، ۱۰۰ درصد آرام است، دولت نباید دخالت کند و عرضه و تقاضا باید آنرا تعیین کند. اما وقتی که مشکلات سیاسی ناشی از تحریم یا سایر عوامل را داشته باشیم و سایر مشکلات وجود داشته باشد، این سازمان تعزیرات، سازمان حمایت از نیازاست که دولت باید برای حمایت از مردم وارد شود.

معاون وزیر راه و شهرسازی با اشاره به اینکه جمع بندی ما این است که این طرح در سال ۹۱ به نفع مردم بوده است، تأکید کرد: در سال ۹۱ با موفقیت‌هایی که در مسکن مهر به دست آمده، این بوده است که از ۲ میلیون و ۱۵۷ هزار و ۵۱۷ واحد مسکونی که در شهرهای بالای ۲۵ هزار نفر، زیر ۲۵ هزار نفر، شهرهای جدید و بافت فرسوده احداث شده، یک میلیون و ۸۵ هزار و ۹۴۵ واحد مسکونی به مرحله بهره‌برداری و آماده افتتاح رسیده است که معادل ۵۱ درصد برنامه می شود.

یعنی اگر به تفکیک بخواهیم آنها را بررسی کنیم، باید بگویم که ۸۷ هزار و ۵۵۵ واحد مسکونی قبل از سال ۹۰، بالغ بر ۲۷۷ هزار و ۱۱۳ واحد مسکونی در سال ۹۰ و ۳۴۲ هزار و ۶۵۷ واحد مسکونی در سال ۹۱ افتتاح شده است و ۳۷۷ هزار و ۲۶۰ واحد مسکونی آماده افتتاح است که جمع آنها یک میلیون و ۸۵ هزار و ۹۴۵ واحد مسکونی می شود که حاکی از محقق شدن معادل ۵۱ درصد برنامه مسکن مهر است. همچنین یک میلیون و ۱۷۱ هزار و ۵۷۲ واحد مسکونی هم امسال در برنامه افتتاح قرار دارد.

به سرعت فروش را آغاز کرده و با ورود نقدینگی به شرکت‌های خودروسازان در پرداخت مطالبات

شرکت‌های قطعه‌سازی می‌توانند با سرمایه نقدینگی خود اوا لی مورد نیاز را خریداری کرده و تیراژ تولید قطعات را افزایش دهند که این موضوع هم به نوبه خود موجب رشد تولید خودرو در کشور خواهد شد.

مدیرکل دفتر صنایع ماشین‌سازی و نیرو محرکه وزارت صنعت، معدن و تجارت تصریح کرد: صنایع خودرو و قطعه‌سازی یکی از مهم‌ترین صنایع کشور هستند که تقویت آنها موجب بهبود وضع اشتغال در کشور خواهد شد.

را برای اجرای هر خانوار ایرانی یک خط اینترنت و پرسرعت و پاسخ‌گویی به نیاز بازار ضروری دانست و عنوان کرد که چنین نشان داده که این حوزه‌ها باید برای جهشی برای دریافت این خدمات روبه‌رو می‌شوند. به اساس اطلاعات نشریه ارتباطات، وی، خدمات به چنین توسعه محتوای بومی و خدمات بر بستر باشد

به دینوسیله از کلیه صاحبان محترم سهام شرکت پتروشیمی شازند (سهامی عام) و یانمایندگان قانونی آنان دعوت می گردد تا در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه این شرکت که رأس ساعت ۱۵ روز یکشنبه مورخ ۱۳۹۲/۰۲/۲۹، واقع در تهران ، بزرگراه شهید چمران ، ولنجک ، پست سالن اجتماعات سازمان ، سالن اجتماعات دانشگاه شهید بهشتی تشکیل می گردد حضور به هم رسانند.

۱- استماع گزارش هیأت مدیره در خصوص عملکرد سال مالی منتهی به ۱۳۹۱/۱۲/۳۰.
۲- استماع گزارش بازرس قانونی در خصوص صورتهای مالی منتهی به ۱۳۹۱/۱۲/۳۰.
۳- تصویب صورتهای مالی واتخاذ تصمیم تصیم تقسیم سود سال مالی منتهی به ۱۳۹۱/۱۲/۳۰.
۴- انتخاب اعضای هیأت مدیره شرکت.
۵- انتخاب بازرس قانونی وعلی البدل وتعیین حق الزحمه بازرسان.
۶- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار برای درج آگهی های شرکت.

۷- سایر مواردیکه در صلاحیت مجمع عمومی عادی باشد.

ضمناً از صاحبان محترم سهام و یانمایندگان قانونی آنها دعوت می شود جهت دریافت برگ ورود به جلسه مجمع، با همراه داشتن کارت شناسایی معتبر از روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۲/۰۲/۲۳ تا ۱۳۹۲/۰۲/۲۵ از ساعت ۸:۳۰ لغایت ۱۶:۰۰ به دفتر شرکت پتروشیمی شازند واقع در تهران ، خیابان ولیعصر، بالاتر از میرداماد، خیابان تابان ، پلاک ۶۸ واحد امور سهام مراجعه نمایند.

تفصیلات این دعوت به همراه متن تعیین شده موقف به دریافت سود سهام خود ننشوند می توانند از تاریخ ۱۳۹۲/۰۵/۲۵ تا ۱۳۹۲/۰۵/۲۵ به امور سهام شرکت مراجعه نمایند.

شرکت توسعه پارس
(محدوده)

آگهی پرداخت

بدینوسیله به اطلاع کلیه سهامداران شرکت تیروشیمی سازند (سهام عامی) که در تاریخ
سهام مربوط به عملکرد سال مالی منتهی به ۱۳۹۱/۱۲/۳۰ مطابق برنامه زمانبندی ذیل
الف: سود سهام انحصاس حقوقی از ۱۰ روز پس از برگزاری مجمع عمومی به حساب بانکی
ب: سود سهام انحصاس حقوقی از تاریخ ۱۳۹۲/۰۵/۰۱ طبق مفاد قانون تجارت در مهلت
ج: سهامداری که شماره حساب بانکی خود را به این شرکت اعلام ننموده اند پس از
سهام آنها متعلق به حسابگرد و واریز میگردد.
توضیح: سهامداری که به هر علت در مهلت تعیین شده موفق به دریافت سود سهام خود
نمیباشد، این شرکت صاحب مشخصات و حساب بانکی ذیل در خواست می

نام و نام خانوادگی:					
شماره شناسنامه / ثبت:					
تاریخ تولد / ثبت:					
کد ملی:					
نشانی:	استان: <input type="text"/>				
خیابان:					
سهمدار:					
پلاک:	طبقه:		واحد:		
کد پستی ده رقمی:					
شماره حساب:					
حساب بانکی:	نوع حساب: جاری - <input type="checkbox"/> ATM <input type="checkbox"/> پس انداز قرض <input type="checkbox"/>				
نام شعبه:	کد شعبه:				

– لازم است حساب بانکی فقط به نام شخص سهامدار باشد.
– با توجه به تغییر شماره حسابهای سنتی به حسابهای جدید ۱۳ رقمی، لطفا حسابهای جدید را بانک مربوطه اخذ و به امور سهام شرکت اعلام گردد.
دفتر مرکزی تهران: خیابان ولیعصر بالاتر از میرداماد خیابان تابان پلاک ۶۸
تلفن امور سهام: ۰۲۱-۸۸۶۷۴۱۰۰ و ۸۸۶۷۴۱۰۱ و ۸۸۶۷۴۱۱۱ و ۸۸۶۷۴۱۲۱ و ۸۸۶۷۴۱۳۱ و ۸۸۶۷۴۱۴۱ و ۸۸۶۷۴۱۵۱ و ۸۸۶۷۴۱۶۱ و ۸۸۶۷۴۱۷۱ و ۸۸۶۷۴۱۸۱ و ۸۸۶۷۴۱۹۱ و ۸۸۶۷۴۲۰۱ و ۸۸۶۷۴۲۱۱ و ۸۸۶۷۴۲۲۱ و ۸۸۶۷۴۲۳۱ و ۸۸۶۷۴۲۴۱ و ۸۸۶۷۴۲۵۱ و ۸۸۶۷۴۲۶۱ و ۸۸۶۷۴۲۷۱ و ۸۸۶۷۴۲۸۱ و ۸۸۶۷۴۲۹۱ و ۸۸۶۷۴۳۰۱ و ۸۸۶۷۴۳۱۱ و ۸۸۶۷۴۳۲۱ و ۸۸۶۷۴۳۳۱ و ۸۸۶۷۴۳۴۱ و ۸۸۶۷۴۳۵۱ و ۸۸۶۷۴۳۶۱ و ۸۸۶۷۴۳۷۱ و ۸۸۶۷۴۳۸۱ و ۸۸۶۷۴۳۹۱ و ۸۸۶۷۴۴۰۱ و ۸۸۶۷۴۴۱۱ و ۸۸۶۷۴۴۲۱ و ۸۸۶۷۴۴۳۱ و ۸۸۶۷۴۴۴۱ و ۸۸۶۷۴۴۵۱ و ۸۸۶۷۴۴۶۱ و ۸۸۶۷۴۴۷۱ و ۸۸۶۷۴۴۸۱ و ۸۸۶۷۴۴۹۱ و ۸۸۶۷۴۵۰۱ و ۸۸۶۷۴۵۱۱ و ۸۸۶۷۴۵۲۱ و ۸۸۶۷۴۵۳۱ و ۸۸۶۷۴۵۴۱ و ۸۸۶۷۴۵۵۱ و ۸۸۶۷۴۵۶۱ و ۸۸۶۷۴۵۷۱ و ۸۸۶۷۴۵۸۱ و ۸۸۶۷۴۵۹۱ و ۸۸۶۷۴۶۰۱ و ۸۸۶۷۴۶۱۱ و ۸۸۶۷۴۶۲۱ و ۸۸۶۷۴۶۳۱ و ۸۸۶۷۴۶۴۱ و ۸۸۶۷۴۶۵۱ و ۸۸۶۷۴۶۶۱ و ۸۸۶۷۴۶۷۱ و ۸۸۶۷۴۶۸۱ و ۸۸۶۷۴۶۹۱ و ۸۸۶۷۴۷۰۱ و ۸۸۶۷۴۷۱۱ و ۸۸۶۷۴۷۲۱ و ۸۸۶۷۴۷۳۱ و ۸۸۶۷۴۷۴۱ و ۸۸۶۷۴۷۵۱ و ۸۸۶۷۴۷۶۱ و ۸۸۶۷۴۷۷۱ و ۸۸۶۷۴۷۸۱ و ۸۸۶۷۴۷۹۱ و ۸۸۶۷۴۸۰۱ و ۸۸۶۷۴۸۱۱ و ۸۸۶۷۴۸۲۱ و ۸۸۶۷۴۸۳۱ و ۸۸۶۷۴۸۴۱ و ۸۸۶۷۴۸۵۱ و ۸۸۶۷۴۸۶۱ و ۸۸۶۷۴۸۷۱ و ۸۸۶۷۴۸۸۱ و ۸۸۶۷۴۸۹۱ و ۸۸۶۷۴۹۰۱ و ۸۸۶۷۴۹۱۱ و ۸۸۶۷۴۹۲۱ و ۸۸۶۷۴۹۳۱ و ۸۸۶۷۴۹۴۱ و ۸۸۶۷۴۹۵۱ و ۸۸۶۷۴۹۶۱ و ۸۸۶۷۴۹۷۱ و ۸۸۶۷۴۹۸۱ و ۸۸۶۷۴۹۹۱ و ۸۸۶۷۵۰۰۱ و ۸۸۶۷۵۰۱۱ و ۸۸۶۷۵۰۲۱ و ۸۸۶۷۵۰۳۱ و ۸۸۶۷۵۰۴۱ و ۸۸۶۷۵۰۵۱ و ۸۸۶۷۵۰۶۱ و ۸۸۶۷۵۰۷۱ و ۸۸۶۷۵۰۸۱ و ۸۸۶۷۵۰۹۱ و ۸۸۶۷۵۱۰۱ و ۸۸۶۷۵۱۱۱ و ۸۸۶۷۵۱۲۱ و ۸۸۶۷۵۱۳۱ و ۸۸۶۷۵۱۴۱ و ۸۸۶۷۵۱۵۱ و ۸۸۶۷۵۱۶۱ و ۸۸۶۷۵۱۷۱ و ۸۸۶۷۵۱۸۱ و ۸۸۶۷۵۱۹۱ و ۸۸۶۷۵۲۰۱ و ۸۸۶۷۵۲۱۱ و ۸۸۶۷۵۲۲۱ و ۸۸۶۷۵۲۳۱ و ۸۸۶۷۵۲۴۱ و ۸۸۶۷۵۲۵۱ و ۸۸۶۷۵۲۶۱ و ۸۸۶۷۵۲۷۱ و ۸۸۶۷۵۲۸۱ و ۸۸۶۷۵۲۹۱ و ۸۸۶۷۵۳۰۱ و ۸۸۶۷۵۳۱۱ و ۸۸۶۷۵۳۲۱ و ۸۸۶۷۵۳۳۱ و ۸۸۶۷۵۳۴۱ و ۸۸۶۷۵۳۵۱ و ۸۸۶۷۵۳۶۱ و ۸۸۶۷۵۳۷۱ و ۸۸۶۷۵۳۸۱ و ۸۸۶۷۵۳۹۱ و ۸۸۶۷۵۴۰۱ و ۸۸۶۷۵۴۱۱ و ۸۸۶۷۵۴۲۱ و ۸۸۶۷۵۴۳۱ و ۸۸۶۷۵۴۴۱ و ۸۸۶۷۵۴۵۱ و ۸۸۶۷۵۴۶۱ و ۸۸۶۷۵۴۷۱ و ۸۸۶۷۵۴۸۱ و ۸۸۶۷۵۴۹۱ و ۸۸۶۷۵۵۰۱ و ۸۸۶۷۵۵۱۱ و ۸۸۶۷۵۵۲۱ و ۸۸۶۷۵۵۳۱ و ۸۸۶۷۵۵۴۱ و ۸۸۶۷۵۵۵۱ و ۸۸۶۷۵۵۶۱ و ۸۸۶۷۵۵۷۱ و ۸۸۶۷۵۵۸۱ و ۸۸۶۷۵۵۹۱ و ۸۸۶۷۵۶۰۱ و ۸۸۶۷۵۶۱۱ و ۸۸۶۷۵۶۲۱ و ۸۸۶۷۵۶۳۱ و ۸۸۶۷۵۶۴۱ و ۸۸۶۷۵۶۵۱ و ۸۸۶۷۵۶۶۱ و ۸۸۶۷۵۶۷۱ و ۸۸۶۷۵۶۸۱ و ۸۸۶۷۵۶۹۱ و ۸۸۶۷۵۷۰۱ و ۸۸۶۷۵۷۱۱ و ۸۸۶۷۵۷۲۱ و ۸۸۶۷۵۷۳۱ و ۸۸۶۷۵۷۴۱ و ۸۸۶۷۵۷۵۱ و ۸۸۶۷۵۷۶۱ و ۸۸۶۷۵۷۷۱ و ۸۸۶۷۵۷۸۱ و ۸۸۶۷۵۷۹۱ و ۸۸۶۷۵۸۰۱ و ۸۸۶۷۵۸۱۱ و ۸۸۶۷۵۸۲۱ و ۸۸۶۷۵۸۳۱ و ۸۸۶۷۵۸۴۱ و ۸۸۶۷۵۸۵۱ و ۸۸۶۷۵۸۶۱ و ۸۸۶۷۵۸۷۱ و ۸۸۶۷۵۸۸۱ و ۸۸۶۷۵۸۹۱ و ۸۸۶۷۵۹۰۱ و ۸۸۶۷۵۹۱۱ و ۸۸۶۷۵۹۲۱ و ۸۸۶۷۵۹۳۱ و ۸۸۶۷۵۹۴۱ و ۸۸۶۷۵۹۵۱ و ۸۸۶۷۵۹۶۱ و ۸۸۶۷۵۹۷۱ و ۸۸۶۷۵۹۸۱ و ۸۸۶۷۵۹۹۱ و ۸۸۶۷۶۰۰۱ و ۸۸۶۷۶۰۱۱ و ۸۸۶۷۶۰۲۱ و ۸۸۶۷۶۰۳۱ و ۸۸۶۷۶۰۴۱ و ۸۸۶۷۶۰۵۱ و ۸۸۶۷۶۰۶۱ و ۸۸۶۷۶۰۷۱ و ۸۸۶۷۶۰۸۱ و ۸۸۶۷۶۰۹۱ و ۸۸۶۷۶۱۰۱ و ۸۸۶۷۶۱۱۱ و ۸۸۶۷۶۱۲۱ و ۸۸۶۷۶۱۳۱ و ۸۸۶۷۶۱۴۱ و ۸۸۶۷۶۱۵۱ و ۸۸۶۷۶۱۶۱ و ۸۸۶۷۶۱۷۱ و ۸۸۶۷۶۱۸۱ و ۸۸۶۷۶۱۹۱ و ۸۸۶۷۶۲۰۱ و ۸۸۶۷۶۲۱۱ و ۸۸۶۷۶۲۲۱ و ۸۸۶۷۶۲۳۱ و ۸۸۶۷۶۲۴۱ و ۸۸۶۷۶۲۵۱ و ۸۸۶۷۶۲۶۱ و ۸۸۶۷۶۲۷۱ و ۸۸۶۷۶۲۸۱ و ۸۸۶۷۶۲۹۱ و ۸۸۶۷۶۳۰۱ و ۸۸۶۷۶۳۱۱ و ۸۸۶۷۶۳۲۱ و ۸۸۶۷۶۳۳۱ و ۸۸۶۷۶۳۴۱ و ۸۸۶۷۶۳۵۱ و ۸۸۶۷۶۳۶۱ و ۸۸۶۷۶۳۷۱ و ۸۸۶۷۶۳۸۱ و ۸۸۶۷۶۳۹۱ و ۸۸۶۷۶۴۰۱ و ۸۸۶۷۶۴۱۱ و ۸۸۶۷۶۴۲۱ و ۸۸۶۷۶۴۳۱ و ۸۸۶۷۶۴۴۱ و ۸۸۶۷۶۴۵۱ و ۸۸۶۷۶۴۶۱ و ۸۸۶۷۶۴۷۱ و ۸۸۶۷۶۴۸۱ و ۸۸۶۷۶۴۹۱ و ۸۸۶۷۶۵۰۱ و ۸۸۶۷۶۵۱۱ و ۸۸۶۷۶۵۲۱ و ۸۸۶۷۶۵۳۱ و ۸۸۶۷۶۵۴۱ و ۸۸۶۷۶۵۵۱ و ۸۸۶

آگهی حق تقدم

شرکت نساجی پایکان (سهامی عام) به شماره ثبت ۱۶۹۱۱۲ (وشناسه ملی ۰۲۴۴۰۶۰۶۰۰۱۰۱)

بدینوسیله به اطلاع کلیه سهامداران شرکت نساجی پاکان (سهامی عام) به شماره ثبت ۱۶۹۱۱۲ می‌رساند:

در جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده که در مورخ ۱۳۹۱/۱۱/۱۱ تشکیل گردید افزایش سرمایه از مبلغ ۱۶/۱۷۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال به‌متنقسم به ۱۶/۱۷۵/۰۰۰ سهم با نام ۱/۰۰۰ ریالی به مبلغ ۱۶/۱۷۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال منقسم به ۱۲۹/۴۰۰/۰۰۰ ریال که از ۱/۰۰۰ ریالی که از محل پرداخت نقدی و با مطالبات حال شده سهامداران و با تأیام مورد تصویب قرار گرفت و اینک در اجرای ماده ۱۶۸ قانون تجارت سایر اطلاعات مربوط، به شرح ذیل جهت استحضار سهامداران آگهی می‌شود:

- سرمایه فعلی شرکت:** ۱۶/۱۷۵/۰۰۰ ریال
- مبلغ افزایش سرمایه:** ۱۱۳/۲۲۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال
- مبلغ سرمایه پس از افزایش:** ۱۲۹/۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال انجام خواهد شد.
- آرزش اسمی هر سهم:** ۱/۰۰۰ ریال.
- تعداد سهام عرضه شده:** ۱۱۳/۲۲۵/۰۰۰ سهم.
- محل افزایش سرمایه:** افزایش سرمایه شرکت از محل پرداخت نقدی و با مطالبات حال شده سهامداران و با تأیام به مبلغ ۱۱۳/۲۲۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال انجام خواهد شد.
- پیش پرداخت پیشنهاد:** به ازاء هر یک سهمی که مالکند حق تقدم خرید ۲ سهم را دارا می‌باشند.
- شرایط پرداخت پیشنهاد:** ۶۰ روز از تاریخ انتشار آگهی می‌باشد.
- استعلام‌داری:** که دارای مطالبات نقدی حال شده از شرکت می‌باشند می‌توانند جهت شرکت در افزایش سرمایه مطالباتشان را تا میزان حق تقدم خود تبدیل به سهام

آگهی مناقصه

شماره ۱۸۸۱

موضوع: ساخت و نصب دو عدد مخزن سوخت درکارخانه لیجینگ مجتمع مس شهرپاک

شرکت ملی صنایع مس ایران در نظر دارد موضوع مناقصه فوق الذکر را با مشخصات و شرایط کلی زیر از طریق مناقصه به شرکتهای واجد صلاحیت واگذارنماید.

الف- شرح عبارتست از:

ساخت دو عدد مخزن گازوئیل به گنجایش ۱۶۰ مترمکعب شامل:

عملیات اجرای فونداسیون جهت نصب مخازن، سیستم کنترل و اتوماسیون و انتقال سیگنال به اتاق کنترل، خطوط انتقال سوخت به طول تقریبی ۱۲۵ متر و سازه مرتب، سیستم روشنایی محوطه به ابعاد ۲۸×۱۲ متر، سیستم اطفاء، حریق محوطه به ابعاد ۲۸ × ۱۲ متر، سیستم هیئت ترسیبک، به طول تقریبی ۵۰ متر و سیستم مساعفه گیر

ب – مدت زمان اجرای کار: ۶ ماه از تاریخ ابلاغ قرارداد.

ج- محل انجام کار: مجتمع مس میدوک – ۴۵ کیلومتری شهرستان شهرپاک – استان کرمان.

د – پیش پرداخت پیشنهادی: ۸ درصد (هشت درصد) بار مالی قرارداد در قبال اخذ ضمانتنامه معتبر بانکی می باشد.

ه- شرایط متقاضی :

- داشتن شخصیت حقوقی
- مطابقت اسنادنامه شرکت با موضوع مناقصه
- تأیید سابق و تجربیات حداقل سه تجربه موفق در زمینه موضوع مناقصه و ارائه رضایت نامه از کارفرمایان مربوطه (نام و شماره تلفن کارفرما الزامی است)
- دارابودن گواهی تایید صلاحیت ایمنی از اداره تعاون ، کار و رفاه اجتماعی .
- دارا بودن امکانات عملیاتی ، اجرایی فنی و مدیریتی و توانایی مالی متناسب با اجرای موضوع مناقصه .
- دارابودن توانایی ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در مناقصه معادل ۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (پانصد میلیون ریال).
- متقاضیانی که دارای شرایط مذکور در بند "ه" فوق بوده و آمادگی اجرای کار را دارند ، می توانند حداکثر ظرف مدت ۷ روز کاری (پنجشنبه) و تعطیلات رسمی روز کاری نمی باشند) پس از تاریخ ثبت آگهی مندرج در جراید (نوبت دوم) ، آمادگی خود را برای شرکت در مناقصه به صورت مکتوب به همراه مدارک و مستندات ذیل با دینورگان ۰۲۲۸۸۳۴۰۵۲ (۰۳۹۱۰) و یا به نشانی: استان کرمان – شهرستان رفسنجان – شهر مس سرچشمه – امور قراردادهای (ساختمان شهید علی ایرنمیش) ارسال نمایند.
- ارائه تصویر اسنادنامه و آگهی روزنامه و آخرین تغییرات شرکت در خصوص اعضای هیات مدیره، مدیرعامل و نیز صاحبان امضای مجاز.
- ارائه تصویر قراردادهای مشابه و رضایتنامه از کارفرمایان قبلی (موضوع بند ۳ فوق)
- ارائه تصویر گواهی تایید صلاحیت ایمنی از اداره تعاون ، کار و رفاه اجتماعی.
- ارائه هرگونه مدرکی دال بر توانایی متقاضی جهت اجرای کار.
- ارائه HSE PLAN به همراه ذکر گزارش دو ساله حوادث حین کار پرسنل و ماشین آلات در قراردادهای منعقد.
- توضیح : ارائه مدارک فوق الذکر هیچ گونه حقی را جهت متقاضیان برای شرکت در مناقصه ایجاد نخواهد کرد.
- مدارک مناقصه به تشخیص کارفرما بین متقاضیان واجد شرایط توزیع می گردد.
- هرندرج آگهی به عهده برنده مناقصه خواهد بود.
- درصورت نیاز به اطلاعات بیشتر ، متقاضیان می توانند با شماره تلفن های –۸ ۰۳۲۲۸۸۳۴۰۵۳ (۰۳۹۱) تماس حاصل فرمایند.

روابط عمومی شرکت ملی صنایع مس ایران

Website: www.nico.com

ازدواج کنید!

♥ همسان گزینی
♥ معرفی افراد مناسب
♥ همایش رایگان
♥ ازدواج آگاهانه
♥ ۰۹۰۶۶۴۳۵۰۹۰ تلفن:رزرو
♥ تماس: ۹۸ تا خط ویژه ۰۳۲۲۶۰۶۶۰-۰۲۱

www.Hamsangozini.com

مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده انجمن صنفی سازندگان یو پی اس ایران مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده انجمن در ساعت ۱۸:۳۰ روز چهارشنبه ۱۳۹۳/۸ در تهران میدان ۷ تریخ یزداندرانی ساختمان ۷۰۰ با دستور جلسه زیر تشکیل می‌گردد:

- از گزارش هیئت مدیره و بازرس و تصویب تراز مالی ۹۱
- انتخاب هیئت مدیره و بازرس
- تغییر گزینش گونگونی دعوت هیئت مدیره و سایر موارد

هیئت مدیره و بازرس انجمن

تشنخیص - درمان

کلینیک فوق تخصصی عروق بیمارستان مدائن

تلفن:پندیش بیمار : ۰۲۸۱۹۲۷۶-۷

آگهی دعوت به مجمع عمومی فوق‌العاده شرکت الفاف شیشه پردیس پارس (سهامی خاص) ثبت‌شده به‌شماره: ۰۰۴۷۲۰۰۴۳۳۱۱۰۱۰۱

بدین‌وسیله ازکلیه سهامداران محترم شرکت الفاف شیشه پردیسان پارس (سهامی خاص) با نمایندگان قانونی آنها دعوت به عمل می‌آید تا درجلسه مجمع عمومی فوق‌العاده شرکت که در روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۲/۲/۲۵ رأس ساعت ۱۴ در محل قانونی شرکت واقع در خیابان شهید صابونچی - بالاتر از هویزه - پلاک ۶۹ - طبقه اول برگزار می‌گردد حضور به هم رسانند.

دستور جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده:
۱- استماع تصمیم در مورد تأیید شرکت

۲- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی فوق‌العاده باشد.

هیئت مدیره شرکت

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده

شرکت گروپ سب پارس (سهامی خاص) ثبت‌شده به‌شماره ۲۶۱۱۵۸

به اطلاع سهامداران محترم گروپ سب پارس (سهامی خاص) ثبت‌شده به‌شماره ۲۶۱۱۵۸ می‌رساند:

جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق‌العاده شرکت رأس ساعت ۲ بعدازظهر روز شنبه ۲۸ اردیبهشت ماه ۱۳۹۲ (برابر با ۱۸ می ۲۰۱۳) در محل دفتر مرکزی شرکت گروپ سب پارس واقع در تهران، میدان آرزواتین، خیابان بخارست، خیابان ۱۸، بن‌بست گل مجدهای، پلاک ۲، ساختمان جی اس پی تشکیل می‌شود. لذا بدینوسیله از کلیه سهامداران دعوت می‌شود شخصاً یا توسط وکلای قانونی خود در جلسه مزبور حضور یابند و نسبت به موضوعات مندرج در دستور جلسه اتخاذ تصمیم نمایند. در اجرای ماده ۹۹ قانون اصلاح قسمتی از قانون تجارت سال ۱۳۴۷، فقط سهامدارانی حق ورود به مجمع عمومی را دارند که ورقه ورودی دریافت کرده باشند.

دستور جلسه مجمع عمومی به شرح زیر است:

– استماع گزارش‌های هیئت مدیره و بازرس قانونی.

– انتخاب هیأت مدیره.

– بررسی و تصویب ترازنامه شرکت و حساب سود و زیان برای سال مالی منتهی به ۲۱ دسامبر ۲۰۱۲ (۱۱ دیماه ۱۳۹۱).

– انتخاب بازرس اصلی و بازرس علی‌البدل برای یک سال مالی.

– تعیین روزنامه‌کنترل‌الانتشار برای درج آگهی‌های شرکت.

– سایر مطالب که در صلاحیت مجامع عمومی عادی است.

آگهی

مناقصه عمومی شماره ۹۲/۰۱ گروه بهمن (شرکت سهامی عام)
گروه بهمن (سهامی عام) در نظر دارد عملیات حمل‌خوردوهای تولیدی شرکت توسپا درته‌های دوطبقه به محل نمایندگیهدارسرراکشور را بر پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید :
۱- مجداً محل : کارخانه بهمن موتور واقع در تهران ، کیلومتر ۱۶ بزرگراه فتح (جاده قدیم تهران – کرج)
۲- محل دریافت استاد و قبول پیشنهادات : اداره قرارداده‌ا ، بهمن موتور
۳- مهلت دریافت استاد : به مدت ۵ روز کاری از تاریخ درج آگهی
۴- میزان سپرده نقدی : ۱۵۰۰۰۰۰/۰۰۰ ریال به صورت ضمانت نامه یا چک بانکی در وجه گروه بهمن
به پیشنهادات فائده‌سپرده نقدی ویس از مدت تعیین شده ترتیب اترداده نخواهدشد پرداخت هزینه نشر آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد .
گروه بهمن در رد یا قبول هر یک از پیشنهادهات مختار است .
شماره تلفن های ۶۶۲۸۲۷۲۵ – ۰۵۱۷۰۵۵۵۱۷ – ۰۲۱ آماده پاسخگویی به سوالات می باشد .
روابط عمومی بهمن موتور

آگهی تشکیل مجمع عمومی عادی سالیانه کانون باز‌نستگان سازمان اوقاف و امور خیریه

مجمع عمومی عادی سالیانه کانون راس س‌ساعت ۹ صبح روز شنبه مورخ ۹۲/۳/۴ در محل نمازخانه ساختمان مرکزی سازمان اوقاف برگزار می‌گردد، بدینوسیله از کلیه اعضای محترم ک‌نسون دعوت می‌گردد تا در جلسه مجمع حضور بهم رسانند. در صورتی که اکثریت اعضا جهت تشکیل جلسه به حد نصاب نرسد جلسه بعدی روز چهارشنبه مورخ ۹۲/۳/۲۲ در همان ساعت و در همان محل تشکیل خواهد شد (ارائه کارت عضویت و یا حکم باز‌نستگنی برای حضور در جلسه الزامی می‌باشد).

دستور جلسه
۱- استماع گزارش هیئت مدیره و تأیید بیلان سال ۹۱
۲- انتخاب هیئت مدیره جدید
۳- انتخاب بازرس

هیئت مدیره کانون



داده‌پردازی ایران (سهامی عام) به شماره ثبت ۵۲۶۶۷ آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی سالانه

بدینوسیله از کلیه صاحبان سهام شرکت داده‌پردازی ایران (سهامی عام) دعوت می‌نماید در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت که رأس ساعت ۱۴ روز چهارشنبه ۱۳۹۲/۲/۲۵ در محل هتل انق‌لاب تهران واقع در خیابان طالقانی، بین ولی عصر و حافظ، شماره-۵۰ برگزار می‌گردد حضور به هم رسانند.

سهامداران محترم لازم است برای دریافت کارت حضور در جلسه روز ۲۴ اردیبهشت ماه از ساعت ۱۰/۳۰ الی ۱۴/۳۰ شخصاً یا در دست داشتن اصل گواهینامه سهم و کارت شناسایی معتبر به محل شرکت واقع در خیابان استاد نجات‌اللهی، پلاک۱۶۴ مراجعه فرمایند.

در صورت مراجعه وکیل همراه داشتن اصل و ک‌لتانمه الزامی است. لازم به ذکر است به دلیل معذورتی جهت صدور کارت در محل مجمع، فقط سهامدارانی که در روز تعیین شده کارت ورود دریافت کرده‌اند، در جلسه حضور خواهند یافت.

دستور جلسه مجمع عمومی عادی سالانه:

- استماع گزارش هیات مدیره، بازرس قانونی و حسابرس شرکت
- بررسی و تأیید مالی منتهی به ۱۳۹۱/۱/۲۳
- در رابطه با انتخاب تصمیم در مورد حساب سود و زیان و ترازنامه شرکت برای دوره مالی منتهی به ۱۳۹۱/۱/۲۳
- انتخاب بازرس قانونی و حسابرس
- تعیین روزنامه گزیرالانتشار برای درج آگهی‌های شرکت
- سایر مواردی که در صلاحیت این مجمع می‌باشد.

هیات مدیره شرکت داده‌پردازی ایران (سهامی عام)

شرکت نساجی زغالسنگ البرز مرکزی (سهامی خاص) در نظر حمل و
تجهیز لوله زیر بوکسر و کنار حوضچه معدود کارخانه زغالشویی خود را از طریق دستگاه کانپون کمپرسی ده چرخ و یک دستگاه تراکتور، را بر پایه مدت یکسال و یک پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. لذا متقاضیان محترم (شرکت‌های حمل و نقل کمپرسی‌ها، یا انحصار حقیقی دارای خودرو کمپرسی) می‌توانند از تاریخ نشر آگهی تا آخر وقت اداری روز سه‌شنبه ۹۲/۲/۲۲ به جز ام‌تعلیل جهت خرید و دریافت استاد مناقصه، به مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰ (ریال) و یک‌ساعت اطلاعات بیشتر به دفتر امور قراردادهای شرکت واقع در س‌رادکو - آزادراه مراجعه نمایند. شماره ح‌د شرکت در مناقصه ۵ درصد مبلغ پیشنهادی به صورت ضمانت نامه بانکی یا وجه واریزی به‌نژاد حساب سب‌با ۰۱۰۶۱۲۲۹۶۶۰۰۸، نزد بانک ملی آزادراه به نام شرکت در مناقصه البرز مرکزی می‌باشد. آخرین مهلت تحویل پاکت‌ها تا آخر وقت اداری روز شنبه مورخه ۹۲/۲/۲۸ به دبیرخانه شرکت می‌باشد. زمان بازگشایی پاکت‌های رسیده روز شنبه مورخه ۹۲/۲/۲۱ رأس ساعت ۱۳ در محل کمپوسن معاملات شرکت می‌باشد. جهت اطلاعات به سایت شرکت به نشانی www.cccco.ir و پایگاه اطلاعاتی مناصات به نشانی letsmporg.ir مراجعه فرمایید.
نشانی شرکت: سازمان پارس - مازندران - س‌رادکو - روبروی پلیس راه س‌رادکو - شماره تلفن ۲-۱۱۲۳۲۳۲۰۰۱ داخلی ۲۲۱

شرکت سهامی زغالسنگ البرز مرکزی

آگهی افزایش سرمایه و حق تقدم خرید سهام شرکت کارگزاری بورس ایران (سهامی خاص) ثبت‌شده به‌شماره ۰۴۵۷۲۰۱۰۴۷۲ تهران

به اطلاع کلیه سهامداران محترم شرکت کارگزاری بورس ایران می‌رساند که با تصویب مجمع عمومی فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۱/۰۱/۰۷ با مقرردر جلسه سرمایه‌ب شرکت از مبلغ ۲۶ میلیارد ریال منقسم به ۲۶ میلیون سهم با نام ۱۰۰۰۰ ریالی به ۳۵ میلیارد ریال منقسم به ۳۵ میلیون سهم با نام ۱۰۰۰۰ ریالی معادل ۲۳/۶ درصد سرمایه فعلی از محل مطالبات حال شده سهامداران افزایش یابد. مبلغ افزایش سرمایه ۹ میلیارد ریال خواهد بود که هر صاحب سهم به ازای هر ۱ سهم خود می‌تواند ۳/۶ سهم جدید (معادل ۲۳/۶ درصد سهم فعلی) با استفاده از حق تقدم از محل مطالبات قراردادی دریافت کند. سهامداران از تاریخ نشر این آگهی به مدت ۶۰ روز فرصت دارند با استفاده از حق تقدم خود نسبت به خرید سهام جدید اقدام نمایند. جهت اقدام حق تقدم برای کلیه سهامداران به آدرس قانونی آنها ارسال می‌گردد. بدیهی است پس از انقضای مهلت مق‌مض هیات مدیره می‌تواند سهام را بقیانده را صرفاً به سهامداران فعلی واگذار نماید.

هیات مدیره شرکت کارگزاری بورس ایران

آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی انجمن و سندیکای تولیدکنندگان رتنگ و وزین ایران

بدینوسیله از کلیه اعضاء محترم انجمن و سندیکای تولیدکنندگان رتنگ و وزین ایران دعوت می‌شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی که در ساعت ۱۶ روز دوشنبه ۲۰ خردادماه ۱۳۹۲ در محل دفتر انجمن و سندیکا تشکیل می‌گردد، حضور

به هم رسانید.

دستور جلسه:

– استماع گزارش هیئت مدیره

– رسیدگی به حساب سود و زیان و ترازنامه

سال مالی منتهی به ۱۳۹۱/۱۲/۲۹

– انتخاب بازرسان قانونی

– تعیین روزنامه‌کنترل‌الانتشار

– تعیین حق عضویت و ورودیه سال ۱۳۹۲

– سایر موارد قابل طرح در مجمع عمومی عادی

هیئت مدیره

انجمن و سندیکای تولیدکنندگان رتنگ و وزین ایران

بدینوسیله به اطلاع کلیه اعضاء محترم شرکت تعاونی سندیکای تولیدکنندگان رتنگ و وزین ایران می‌رساند:

جلسه مجمع عمومی عادی فوق‌العاده شرکت رأس ساعت ۲ بعدازظهر روز شنبه ۲۸ اردیبهشت ماه ۱۳۹۲ (برابر با ۱۸ می ۲۰۱۳) در محل دفتر مرکزی شرکت گروپ سب پارس واقع در تهران، میدان آرزواتین، خیابان بخارست، خیابان ۱۸، بن‌بست گل مجدهای، پلاک ۲، ساختمان جی اس پی تشکیل می‌شود. لذا بدینوسیله از کلیه سهامداران دعوت می‌شود شخصاً یا توسط وکلای قانونی خود در جلسه مزبور حضور یابند و نسبت به موضوعات مندرج در دستور جلسه اتخاذ تصمیم نمایند. در اجرای ماده ۹۹ قانون اصلاح قسمتی از قانون تجارت سال ۱۳۴۷، فقط سهامدارانی حق ورود به مجمع عمومی را دارند که ورقه ورودی دریافت کرده باشند.

دستور جلسه مجمع عمومی به شرح زیر است:

– استماع گزارش‌های هیئت مدیره و بازرس

۱- تعیین روزنامه‌کنترل‌الانتشار برای درج آگهی‌های شرکت.

۲- سایر مطالب که در صلاحیت مجامع عمومی عادی است.

آگهی مزایده فروش دام

شرکت کشت و صنعت و دامپروری و مرغداری دشت خرمدره (سهامی خاص) در نظر دارد **تعداد ۱۵۰ راس گوساله نر(شیرخوار - قطع شیر) و تعدادی تلیسه غیر آبستن و گاو حذفی و غیر اقتصادی** مزاد بر نیاز خود را از طریق مزایده به فروش برساند. متقاضیان می‌توانند جهت بازدید و دریافت فرم شرکت در مزایده به آدرس: زنجان - خرمدره - انتهای شهرک قدس - بالاتر از کمربندی مراجعه فرمایند. جلسه مزایده روز دوشنبه ۱۳۹۲/۲/۲۳ رأس ساعت ۱۰ صبح در محل شرکت برگزار می‌گردد.

تلفن‌های تماس: ۵۵۲۲۲۱۲ - ۵۵۲۹۹۰۴ - ۰۲۴۲

آگهی مناقصه (نوبت اول) شماره ۹۲/۲/۱۱ تاریخ ۱۳۹۲/۲/۱۱

شرکت شهرک‌های صنعتی استان آذربایجان شرقی در نظر دارد نسبت به واگذاری امور مشروحه زیر به پیمانکاران واجد شرایط اقدام نماید.

ردیف	شرح مناقصه	نوع برگزاری مناقصه	مدت اجرا	فهرست پهای	مبلغ تضمین (میلیون ریال)	پایه و رشته مورد نیاز	آگهی مناقصه نوبت
۱	خیابان سازی در شهرک صنعتی بعثت	یک مرحله‌ای با ارزیابی کیفی	یک سال	راه باند ۸۸	۶۵	حمل و نقل حداقل ۴	اول

محل دریافت اسناد: تریز- خیابان آزادی- ابتدای گوی گلگشت -کوچه زیبا- جنب کلینک گلگشت -شرکت شهرک‌های صنعتی استان آذربایجان شرقی- درخیانه- اسناد از مورخه ۱۳۹۲/۲/۱۴ لغایت ۱۳۹۲/۲/۲۴ حداکثر تا ساعت ۱۴ به فروش می‌رسد. فرم‌های ارزیابی در پاکت‌های جداگانه و ضمیمه اسناد دردد.

مهلت تسلیم اسناد: مهلت تسلیم اسناد از مورخه ۱۳۹۲/۲/۲۵ تا حداکثر ساعت ۱۲ مورخ ۱۳۹۲/۲/۰۶ دبیرخانه شرکت - زمان بازگشایی پاکت‌ها در تاریخ ۱۳۹۲/۲/۰۸ ساعت ۱۵ می‌باشد.

سایر شرایط: هزینه انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد- برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۳۲۷۹۴۱۴ - ۰۴۱۱ تماس حاصل فرمایید. (مور پیمان) ضمناً یک نسخه از آگهی و اسناد در سایت مناقضات کشوری [HTTP://letsmporg.ir](http://letsmporg.ir) قابل مشاهده می‌باشد.

شرکت شهرک‌های صنعتی آذربایجان شرقی

آگهی مناقصه عمومی شماره ۹۲/۳۲۷۰۵

شرکت پتروشیمی اروند در نظر دارد خرید موضوع این آگهی را براساس شرایط کلی و سایر تعهدات مندرج در اسناد مناقصه و از طریق برگزاری مناقصه عمومی از اشخاص حقوقی واجد شرایط خریداری نماید.

۱-موضوع مختصر مناقصه: خرید به شرح جدول ذیل

شرح QUANTITY	مقدار QUANTITY	واحد UNIT
GEAR SET FOR COMPRESSOR 40C-95550B YORK MODEL J4YDHA90 PARTNUMBER: 02914400409 SPEEDCODE: EJ	۱	SET

۲-نوع و میزان تضمین شرکت در مناقصه: میزان سپرده شرکت در مناقصه مبلغ ۵۰۰۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد که می‌بایست به صورت چک تضمین شده، ضمانت‌نامه بانکی و یا واریز نقد به حساب جاری ۰۹۴۲۰۰۰۳۰۲۰۴ نزد بانک تجارت -شعبه شرکت پتروشیمی اروند.

۳-محل تحویل کالا موضوع مناقصه: شرکت پتروشیمی اروند.

۴-شرایط شرکت در مناقصه و مدارک مورد نیاز جهت دریافت اسناد:

- توانایی ارائه تضمین مطابق بند ۲
- ۴-۲ ارائه تأیید صلاحیت اداره کار مربوط به سال جاری.
- لذا از متقاضیانی که امکانات، توانایی مالی و شرایط اولیه مندرج در بند ۴ این آگهی را دارا هستند دعوت به عمل می‌آید حداکثر ظرف مدت ۵ (پنج) روز (به استثناء پنجشنبه و روزهای تعطیل) از زمان درج این آگهی در روزنامه یا در دست داشتن کلیه مدارک شامل اسنادنامه، آگهی ثبت شرکت در روزنامه رسمی و آگهی آخرین تغییرات و مدارک مثبت مندرج در بند ۴ این آگهی به امور حقوقی و پیمانه‌ای این شرکت واقع در استان خوزستان بندر امام خمینی(ره) ح منطقه ویژه اقتصادی پتروشیمی -سایت ۲- یا به آدرس: تهران میدان هفت تیر ابتدای کریم‌خان زند- ساختمان شرکت ملی صنایع پتروشیمی مراجعه نمایند. تلفنهای تماس ۰۶۵۲۲۶۲۶۴۷۵ -۰۶۵۲۲۶۴۷۴۶۶ -۰۶۵۲۲۶۴۷۴۶۶
- جمع‌بند برآورد:** ۱۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال.
- محل دریافت اسناد مناقصه:** امور حقوقی و پیمانه‌ای این شرکت.
- مهلت تکمیل پیشنهاد های مالی:** در اسناد مناقصه ذکر شده است.
- هزینه آگهی برعهده برنده مناقصه می‌باشد.

۴۰۸/۰ الف
روابط عمومی شرکت پتروشیمی اروند

تلاش توکل تفکر

تاریخ انتشار ۹۲/۲/۱۴

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق‌العاده شرکت تعاونی مسکن مهر ۲۲ منطقه ۲ به‌شماره ثبت ۳۳۵۵۴۱ (نوبت دوم)

بدینوسیله به اطلاع کلیه اعضاء محترم می‌رساند که جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده نوبت دوم در مورخ ۹۲/۲/۲۵ در محل چهارشنبه س‌ورخ تهران - خیابان آذربایجان - تقاطع نواب - مسجد لاوگر تشکیل می‌گردد حضور به هم رسانند.

دستور جلسه:
۱- تصمیم گیری نسبت به تغییر آدرس و تغییر حوزه عمل شرکت از استان تهران به استان البرز (اصلاح ماده ۴ و ۲)
۲- تمدید مدت شرکت تا تاریخ انحلال
۳- انتخاب تصمیم درخصوص انحلال تعاونی
۴- انتخاب ۵ نفر به عنوان هیأت تصفیه
۵- انتخاب محل تصفیه و مدت تصفیه

هیئت مدیره

آگهی مزایده شرکت کاونده شایان

در نظر دارد تعدادی از دستگاه‌های معدنی خود را از طریق مزایده به بالاترین قیمت پیشنهادی به فروش برساند.

۱- یک دستگاه بولدوزر D8

۲- یک دستگاه لودر ولوو ۴۵۰۰

۳- یک دستگاه دریل واگن ۶۰۱

۴- یک دستگاه کمپرسور ۴۲۰ واگن

۵- دو دستگاه موتور برقی

۰۹۱۳۳۶۸۲۸-۷

۰۹۱۳۳۶۶۶۰۷۴

۰۹۱۳۳۷۵۵۵۹۸

آگهی مزایده

شرکت تهیه و توزیع مواد ریخته‌گری و قطعات صنعتی ایران در نظر دارد از اقلام ضایعاتی شامل پسماند شـلاکه‌چدن، شـلاکه‌چدن، توری آغشته به آلومینیوم، بشکه ضایعاتی درهم، ضایعات دلمه، براده آلومینیوم، خاک حـسـط ۱ آلومینیوم، خاک خط ۱ آلومینیوم، روغن ضایعاتی با بشکه، پلاستیک و گونی.... و پالت چوبی را از طریق مزایده عمومی به فروش برسانند متقاضیان می‌توانند جهت بازدید و دریافت برگ شرایط شرکت در مزایده از تاریخ ۱۳۹۲/۲/۱۴ تا تاریخ ۹۲/۲/۱۶ به نشانی: تهران کیلومتر ۱۵/۵ جاده مخصوص کرج، روبروی درب اصلی ساینیا شرکت مایلیل ساینیا (انبار ضایعات



● **نوشته: دان راوویو - یوسی ملمن** ■ **ترجمه: مرتضی میرمطهری** ۲۰۳
این کشور کوچک که در شمال اسرائیل قرار داشت تهدیدی برای اسرائیل محسوب نمی‌شد و لطفه‌ای که غالباً بر سر زبانها بود این بود که اگر جنگی بین اسرائیل و لبنان رخ دهد، نیروی دفاعی اسرائیل دسته نوازندگان نظامی‌اش را به جبهه خواهد فرستاد. اما لبنان چهار راهی برای رفت و آمد از هر سو بود، به‌خصوص ورود و خروج به سوریه. لبنان که دارای جامعه‌ای آسان‌گیر و باز بود، تقریبگاه‌هایی داشت که نخبگان منتقد غرب را جلب می‌کرد، به این لحاظ محل مناسبی برای جمع‌آوری اطلاعات امنیتی بود.

از دهه ۱۹۵۰ مأموران «امان» از واحد شماره ۱۵۴ (که بعداً به واحد ۵۰۴ تغییر عنوان داد) جاسوسانی لبنانی داشتند که درباره تمام کسانی که به لبنان رفت و آمد داشتند جاسوسی می‌کردند. این جاسوسان همچنین در صورت لزوم خانه امن و وسایل حمل نقل در اختیار مأمورین عملیاتی اسرائیل می‌گذاشتند. به‌عنوان بخشی از کار جاسوسی، حتی برای ساده‌ترین وظایف نیاز به یک مأمور مخفی بود. برخی لبنانی‌هایی که در آن زمان از اسرائیل حقوق می‌گرفتند برای کارهای پیش پا افتاده‌ای از قبیل تحویل روزنامه‌های بیروت به تحلیل‌گران امنیتی اسرائیلی در مرزهای جنوبی، همه روزه باید جانشان را به خطر می‌انداختند. اینترنتی وجود نداشت، بیروت سفارتخانه‌ای نداشتند و کسب اطلاعات از منابع آزاد همیشه بخشی حیاتی از عملیات جاسوسی تلقی می‌شد. به‌علاوه اسرائیلی‌ها مکرراً تحت پوشش هائی به لبنان می‌رفتند. افراد واحد شماره ۱۵۴ موساد روابط نزدیکی با دو خانواده مهم مسیحی یعنی شمعون "آ‌ها و جمیل" "آ‌ها برقرار کرده بودند. پیشکسوتان و بزرگان این خانواده‌ها بطور مخفیانه با رهبران اسرائیل دیدار می‌کردند. یکی از این لبنانی‌ها به‌نام «کامیل شمعون» "به‌عنوان رئیس جمهوری لبنان خدمت کرد. در اینجا رهبر یک کشور عربی وجود داشت که برای همکاری با دولت یهودی درباره اموری که متضمن منافع متقابل دو کشور بود، تردیدی به خود راه نمی‌داد. مقامات از رشد اسرائیلی‌ها «پیر جمیل» "علی‌رغم آنکه او نسبت به فاشیسم کشش داشت و شبه نظامیان فالانژش براساس الگوی «موسولینی» "تشکیل شده بودند، روابط دوستانه داشتند. مانند مواردی که تاکتیک‌ها ایجاب می‌کرد که برحسب نیاز با نازیی‌های سابق همکاری شود، امنیتی‌های اسرائیل در همکاری کردن با فالانژیست‌ها هیچ تردیدی به خود راه نمی‌دادند.

مستولیت برقراری ارتباط با اقلیت‌های لبنان بالاخره از تشکیلات امنیتی نظامی به واحد "آ‌ول" در موساد محول شد. این ارتباطات به‌نانهی با توجه به جنگ داخلی بی‌رحمانه در لبنان در دهه ۱۹۷۰، توسعه پیدا کرد. در این دهه موساد تأمین سلاح برای شبه‌نظامیان فالانژ را هماهنگ می‌کرد و ارش جنوب لبنان توسط اسرائیلی‌ها ایجاد شد. اما توسعه این همکاری‌ها موجب ایجاد شکاف‌هایی در جامعه امنیتی اسرائیل گردید.

نخست وزیر «اسحاق رابین» که با طایفه‌های «شمعون» و «جمیل» ملاقات کرده بود، تصمیم گرفته بود که در کمک به مسیحیان برای دفاع از خودشان، اسرائیل باید نقش محدودتری داشته باشد. بعد از انتخاب «بگین» در سال ۱۹۷۷، این رویکرد تغییر کرد. «بگین» با دل مشغولی‌هایی که در مورد هوولکاست داشت، بر این باور بود که اقلیت مسیحی لبنان ممکن است از طرف اکثریت مسلمان و فلسطینی‌ها احتمالاً در معرض نابودی قرار گیرند.

<div>ادامه دارد</div>
21- SHAMOUN
22- GEMAYEL
23- CAMILLE SHAMOUN
24- PIERRE GEMAYEL
25- MUSSOLINI

اشاره

سرورس خارجی: دیوارهای حائل که رژیم صهیونیستی ساختن آنها را بدون توجه به پیامدهایش، به عنوان بخشی اساسی از استراتژی ژنادرستانه امنیتی خود در دستور کار قرار داده است، پیش از هر عامل دیگری، نشان‌دهنده فقدان اراده در دولتمردان اسرائیل برای دستیابی به صلحی پایدار در منطقه است. این‌بار قرار است تجربه احداث دیوار حائل، در منطقه «سینا» و در مرزهای مصر تکرار شود. ناظران مسائل خاورمیانه بر این اعتقادند که رژیم صهیونیستی با اجرای چنین طرح‌هایی، چند هدف بلند مدت را تعقیب می‌کنند که اشاره به برخی از آنها، محور مقاله پیش‌روست.

بطش تصمیم استعغای فیاض‌را حکیمانه دانست. بنابه گفته او، فیاض احساس کرد که پاییز وی شروع شده و ناگزیر برگ هایش خواهد ریخت. بطش می‌گوید: مردم فلسطین هر کجا که باشند در انتظار بازگشت یکپارچگی و برنامه ملی فلسطینی هستند.

تکیه بر دیوارهای منزلزل

درچین شرایطی، به‌رغم ادعاهای مطرح شده از جانب آمریکا و حامیان غربی ومنطقه‌ای‌اش درمورد تلاش برای شروع مذاکرات صلح فلسطینی با اسرائیل، طرح رژیم صهیونیستی برای احداث دیوار حائل در مرز سرزمین‌های اشغالی و صحرای سینا، طرحی آمریکایی برای پاکسازی مناطق شمالی این صحرای از سکنه و همچنین مصریبه قاهره درباره موضوعیت مالکیت زمین‌های مرزی سینا برای غیرمصری‌ها، هشتدارهایی درباره برنامه‌های آتی اشغالگران قدس درباره منطقه می‌دهد. چندماه پیش، روزنامه مصری «الشروق» به نقل از رادیو اسرائیل اعلام کرد بنیامین نتانیاهو نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی، در اقدامی شتابزده دستور ایجاد دیوار حائل بین مصر و سرزمین‌های اشغالی را صادر کرد که عملیات احداث این دیوار به زودی به آغاز خواهد شد.

به گفته ایمن رسانه، دیوار در امتداد شهر «اللات» در سرزمین‌های اشغالی و صحرای سینا احداث می‌شود. چندی بعد نیز روزنامه مصری «الوطن» به نقل از منبعی آگاه نوشت: یک گروه از کارشناسان آمریکایی منطقه مرزی از شهر «رف» در شمال تاشهر «طابادر جنوب سواور مرزی مصر رابنه موازات مرز سرزمین‌های اشغالی پاکسازی کرده و پس از ترسیم نقشه‌های منطقه، طرح ایجاد دیوار حائل به طول ۲۰۰ کیلومتری به عمق ۱۰ تا ۱۲ کیلومتر تخلیه جعبه‌ات را تدوین کردند.از جمله محورهای این طرح، چندسازای منطقه مرزی با عمق معین و قرار دادن سیستم‌های حساس است که شرط آن نیز کودکان اهالی از این منطقه و مهاجر کردن این نرأمرزی به هوانیماهای بدون سرنشین برای مراقبت از آن است که پس از توافقان کرد مصر به ضرورت اجرای این طرح و محول کردن این مأموریت به نیروهای حافظ صلح، انجام خواهد شد. این روزنامه در حالی به استقرار افسران آمریکایا اصالت یهودی در اردوگاه نیروهای حافظ صلح مستقر در شمال صحرای سینا اشاره کرد که طی

ماه‌های گذشته، چندین هیات نظامی آمریکایی به بازدید منطقه پرداختند. حتی «دریک کولت» معاون وزیر دفاع آمریکادر آموورین الملل، با هدف رازپزنی با مسئولان آمریکایی به بازدید منطقه پرداختند. حتی حضور نیروهای ارش مصر در مناطق شمالی صحرای سینا بودیم که البته دلیل آن، ناآرامی‌ها، حاحلات مدلم به نیروهای امنیتی مصر و حتی نیروهای حافظ صلح بود که در یک مورد آن ۱۶ نظامی در یک از پاسگاه‌های مرزی جان خود را از دست

دادند. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

روابط بین الملل



بنای صلح خاورمیانه بر پایه‌های سست بی‌اعتمادی

رژیم صهیونیستی و راهبرد دیوارهای حائل

قبایل محروم مانده از حقوق اولیه زندگی برای نخستین بار پس از سه‌دهه شاهد حضور نیروهای ارش مصر در مناطق شمالی صحرای سینا بودیم که البته دلیل آن، ناآرامی‌ها، حاحلات مدلم به نیروهای امنیتی مصر و حتی نیروهای حافظ صلح بود که در یک مورد آن ۱۶ نظامی در یک از پاسگاه‌های مرزی جان خود را از دست

دادند. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

داندن. پیش از ۱۷ بار انفجار خطوط انتقال گاز مصر به سرزمین‌های اشغالی و اردن سال ۱۳۹۸ به بعد نیز دلیلی دیگری بود که دولت «محمد مرسی» نخستین رئیس جمهوری مصر پس از پیروزی انقلاب این کشور را به نشان دادن واکنش‌های شدید وا دار کرد. در این میان، متهمان زیادی برای پنج هیات امنیتی منطقه شرقی سینا، به این ناآرامی‌ها مطرح شدند: از میمان و

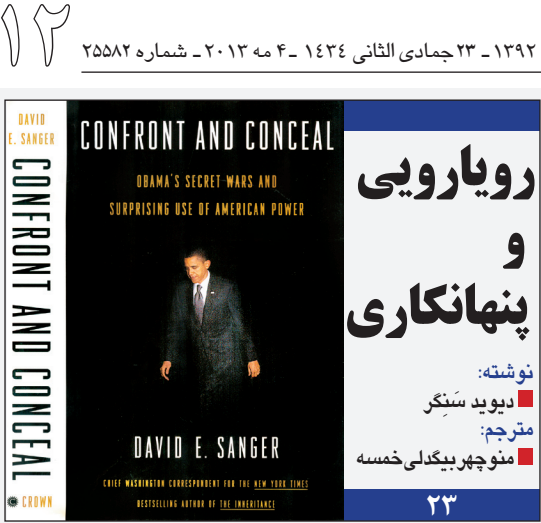
چنین شرایطی، راه رفت و آمد چهره‌های شاخصی مانند«خالد مشعل» رئیس دفتر سیاسی حماس با باریکه غزه و نیز وزرای اتحادیه عرب به رام الله، باز شده و صحبت‌ها درباره تشکیل دولت وحدت ملی و مشارکت مسئولان مستقر در دو بخش کرانه‌بختاری و باریکه، غزه شکل جدی‌تری به خود گرفته است. بنابر این مقام‌های رژیم صهیونیستی به فکر پیشگیری از هر اقدام احتمالی فلسطینیان افتاده‌اند و همانند دیوارهای حائل در مرزهای سرزمین‌های اشغالی با لبنان و طرح‌های مشابهی در اردن و سوریه، این بار صحرای سینا را نشان رفته‌اند. مرسی نیز با مصوبه اخیر خود می‌خواهد به نوعی، آرامش را در سرزمین پهناور خود حفظ کند و البته از زبان‌های اقتصادی و سیاسی ناشی از فعالیت‌های خرابکارانه‌ای که می‌تواند در نهایت، افتاد دولت نوپای مصر را زیر سوال ببرد، بگریزد. همچنین شاییده این ترتیب، راهی نیز برای مقابله مصر با گونه‌های مختلف قاچاق از طریق این منطقه یافت شود. حال در این میان، دو طرف به نوعی تهاجم برای خالی کردن بخش‌هایی از منطقه صحرای سینا از سکنه رسیده‌اند که به نظر می‌رسد حتی تا حدودی بر اساس پیمان کمپ دیوید نیز هست. بهیچانی که بار جاماندن آن ازوید مقام‌های رژیم صهیونیستی، چندین برابر مهمتر از خسارات جاری در صحرای سیناست. زیرا هر گونه تغییر در آن، می‌تواند بیان‌بین‌های دیگر این رژیم با سایر کشورهای عربی – اسلامی منطقه مانند اردن را نیز به لرزه درآورد.

● **اختلاف آمریکا و رژیم صهیونیستی**
درحوزه بحران‌های یادشده که می‌تربد هر یک از آنها بر پیچیدگی اوضاع منطقه می‌افزاید. برخی محافل سیاسی رسانه‌ای، به تنش‌های موجود درمناسبات آمریکارژیم صهیونیستی نیز به دیده بخشی از مشکل خاورمیانه می‌نگرند. چندی پیش، رسانه «سینا مالک زمین با ساختمان‌های قرم‌های جنوبی، در تحلیلی تحت عنوان «از خیابان‌دزای بریزید، آمریکا دوست اسرائیل نیست» یا مقدمه قراردادن گزارش سال گذشته روزنامه «گاردین» تحت عنوان«گاف تلفنی اوامسا» – سارکوزی در رسانه نتانیاهو، از وجود اختلافات ریشه‌ای سیاسی – امنیتی میان این‌هاست حاکمه آمریکابازریم اشغال‌گردس خبر داد. کاردین در گزارشی از کماتاتن ترجمانه تلفنی سارکوزی، رئیس جمهور وقت فرانسه و ساراکا اوپاسا برده‌راشته نوشته بود: «اوامبا، نتانیاهو، نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی را دروغگوئی بزرگی می‌داند. «ششگه یادشده‌ایا مقدمه چنین ستارکوزی می‌کنند: یا رابطه آمریکا و اسرائیل که سیاستمداران از آن به رابطه‌ای گرم و صمیمی یاد می‌کنند، اوامسا، صمیمانه است؟ این ششگه می‌نوسد: شایده برگزین اسطوره آمریکابارها در تبلیغات نامزد این انتخابات ریاست جمهوری آن کشور،از جمله در تبلیغات ساراکا اوپاسا نیز به چشم می‌خورداین باشد که اسرائیل متفق آمریکا به منافع اسرائیل به حدی خاص است که چنین رابطه‌ای از هیچ‌جا به وجود نیامده.

● **اختلاف آمریکا و رژیم صهیونیستی**
درحوزه بحران‌های یادشده که می‌تربد هر یک از آنها بر پیچیدگی اوضاع منطقه می‌افزاید. برخی محافل سیاسی رسانه‌ای، به تنش‌های موجود درمناسبات آمریکارژیم صهیونیستی نیز به دیده بخشی از مشکل خاورمیانه می‌نگرند. چندی پیش، رسانه «سینا مالک زمین با ساختمان‌های قرم‌های جنوبی، در تحلیلی تحت عنوان «از خیابان‌دزای بریزید، آمریکا دوست اسرائیل نیست» یا مقدمه قراردادن گزارش سال گذشته روزنامه «گاردین» تحت عنوان«گاف تلفنی اوامسا» – سارکوزی در رسانه نتانیاهو، از وجود اختلافات ریشه‌ای سیاسی – امنیتی میان این‌هاست حاکمه آمریکابازریم اشغال‌گردس خبر داد. کاردین در گزارشی از کماتاتن ترجمانه تلفنی سارکوزی، رئیس جمهور وقت فرانسه و ساراکا اوپاسا برده‌راشته نوشته بود: «اوامبا، نتانیاهو، نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی را دروغگوئی بزرگی می‌داند. «ششگه یادشده‌ایا مقدمه چنین ستارکوزی می‌کنند: یا رابطه آمریکا و اسرائیل که سیاستمداران از آن به رابطه‌ای گرم و صمیمی یاد می‌کنند، اوامسا، صمیمانه است؟ این ششگه می‌نوسد: شایده برگزین اسطوره آمریکابارها در تبلیغات نامزد این انتخابات ریاست جمهوری آن کشور،از جمله در تبلیغات ساراکا اوپاسا نیز به چشم می‌خورداین باشد که اسرائیل متفق آمریکا به حدی خاص است که چنین رابطه‌ای از هیچ‌جا به وجود نیامده.

● **اختلاف آمریکا و رژیم صهیونیستی**
درحوزه بحران‌های یادشده که می‌تربد هر یک از آنها بر پیچیدگی اوضاع منطقه می‌افزاید. برخی محافل سیاسی رسانه‌ای، به تنش‌های موجود درمناسبات آمریکارژیم صهیونیستی نیز به دیده بخشی از مشکل خاورمیانه می‌نگرند. چندی پیش، رسانه «سینا مالک زمین با ساختمان‌های قرم‌های جنوبی، در تحلیلی تحت عنوان «از خیابان‌دزای بریزید، آمریکا دوست اسرائیل نیست» یا مقدمه قراردادن گزارش سال گذشته روزنامه «گاردین» تحت عنوان«گاف تلفنی اوامسا» – سارکوزی در رسانه نتانیاهو، از وجود اختلافات ریشه‌ای سیاسی – امنیتی میان این‌هاست حاکمه آمریکابازریم اشغال‌گردس خبر داد. کاردین در گزارشی از کماتاتن ترجمانه تلفنی سارکوزی، رئیس جمهور وقت فرانسه و ساراکا اوپاسا برده‌راشته نوشته بود: «اوامبا، نتانیاهو، نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی را دروغگوئی بزرگی می‌داند. «ششگه یادشده‌ایا مقدمه چنین ستارکوزی می‌کنند: یا رابطه آمریکا و اسرائیل که سیاستمداران از آن به رابطه‌ای گرم و صمیمی یاد می‌کنند، اوامسا، صمیمانه است؟ این ششگه می‌نوسد: شایده برگزین اسطوره آمریکابارها در تبلیغات نامزد این انتخابات ریاست جمهوری آن کشور،از جمله در تبلیغات ساراکا اوپاسا نیز به چشم می‌خورداین باشد که اسرائیل متفق آمریکا به حدی خاص است که چنین رابطه‌ای از هیچ‌جا به وجود نیامده.

● **اختلاف آمریکا و رژیم صهیونیستی**
درحوزه بحران‌های یادشده که می‌تربد هر یک از آنها بر پیچیدگی اوضاع منطقه می‌افزاید. برخی محافل سیاسی رسانه‌ای، به تنش‌های موجود درمناسبات آمریکارژیم صهیونیستی نیز به دیده بخشی از مشکل خاورمیانه می‌نگرند. چندی پیش، رسانه «سینا مالک زمین با ساختمان‌های قرم‌های جنوبی، در تحلیلی تحت عنوان «از خیابان‌دزای بریزید، آمریکا دوست اسرائیل نیست» یا مقدمه قراردادن گزارش سال گذشته روزنامه «گاردین» تحت عنوان«گاف تلفنی اوامسا» – سارکوزی در رسانه نتانیاهو، از وجود اختلافات ریشه‌ای سیاسی – امنیتی میان این‌هاست حاکمه آمریکابازریم اشغال‌گردس خبر داد. کاردین در گزارشی از کماتاتن ترجمانه تلفنی سارکوزی، رئیس جمهور وقت فرانسه و ساراکا اوپاسا برده‌راشته نوشته بود: «اوامبا، نتانیاهو، نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی را دروغگوئی بزرگی می‌داند. «ششگه یادشده‌ایا مقدمه چنین ستارکوزی می‌کنند: یا رابطه آمریکا و اسرائیل که سیاستمداران از آن به رابطه‌ای گرم و صمیمی یاد می‌کنند، اوامسا، صمیمانه است؟ این ششگه می‌نوسد: شایده برگزین اسطوره آمریکابارها در تبلیغات نامزد این انتخابات ریاست جمهوری آن کشور،از جمله در تبلیغات ساراکا اوپاسا نیز به چشم می‌خورداین باشد که اسرائیل متفق آمریکا به حدی خاص است که چنین رابطه‌ای از هیچ‌جا به وجود نیامده.



این واقعیت را که القاعده با پاکستان بود، نه افغانستان هفت‌هفته پایدن، که طرفدار عملیات ضد شورشگری در چارچوب اصلی بود که بسیاری از مقامات دولت آن را غیر منطقی و خطرناکی می‌دانستند. مطرح می‌کرد. ژنرال «جیمز جونز» James Jones که در آن هنگام هنوز مشاور امنیتی ملی بود، در یک ضیافت شام در تابستان ۲۰۰۹ از وضعیت، برآوردی بسیار موجز کرد: «یک سال، شاید ۱۸ ماه فرصت داریم این وضع را عوض کنیم. بعد نویث نقشه «ب» می‌رسد.»

تردید اوامبا اراجع به این مأموریت در پرسش‌هایی که در نخستین جلسه‌اش با شورای امنیت ملی در ۱۳ سپتامبر ۲۰۰۹ مطرح کرد، آشکار بود: آیا برای شکست دادن طالبان لازم است که آمریکا القاعده را شکست دهد؟ با توجه به مشکلاتی که با دولت افغانستان داریم، استراتژی ضد شورشگری در افغانستان می‌تواند کارساز باشد؟ اگر طالبان دوباره بر افغانستان مسلط شود، آیا پاکستان مسلح به سلاح هسته‌ای هدف بعدی خواهد بود؟ تازه آن وقت بود که عده‌ای در ارش دریافتند که این بازنگری به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج است. در متنگه گذاشتن رئیس جمهوری بلافاصله آغاز شد. درست بعد از اولین جلسه بازنگری در استراتژی گزارش سدی ژنرال مک کریستال از طرف پوش، دیگر به دیده سینه فرماندهی زده‌ام است که «باب وودوارد» Bob woodward از نشریه واشنگتن پست درز کرد. آه از نهاد اوامبا و یارانش برآمد: اگر اوامبا راه دیگری انتخاب می‌کرد، اکنون به معنای ستایش استراتژی فعلی نیست، بلکه بازنگری به منظور یافتن راه خروج



بعضی از همسران انتظار دارند در همه موارد با همسرشان توافق داشته باشند، غافل از اینکه هیچ زن و مردی یانه بهتر است بگوئیم هیچ دو نفری نمی‌توانند در تمام موارد واقعا با هم توافق داشته

باشند. حتی ممکن است جوراب‌های بد بو و یا نحوه مسواک زدن همسر تان شما را دیوانه کند. گاهی حتی بر سر اینکه پنجره باز باشد یا بسته اختلاف نظر جدی وجود دارد که ممکن است همسران را با هم به دعوا بیندازد. اما نکته اینجاست که در زندگی با کسی که دوستش دارید اما نمی‌توانید بعضی عادت‌ها و تفکراتش را بپذیرید چه باید بکنید؟ در این مقاله می‌خواهیم شما را با راههای سازگاری با همسر آشنا بکنیم:

وقتی دو نفر تصمیم به ازدواج می‌گیرند، می‌دانند که دارند یک زندگی مشترک را شروع می‌کنند و زندگی مشترک را با کسی آغاز می‌کنند که در فضا و خانواده دیگری بزرگ شده و ممکن است عادت‌ها و خصوصیات متفاوتی نسبت به او داشته باشد. البته همین دو نفر سعی می‌کنند کسی را برای زندگی مشترکشان انتخاب کنند که در اصول و پایه‌های تفکر و اعتقادات با هم مشترک باشند. زیرا اگر غیر از این باشد واقعا زندگی مشترک تبدیل به یک میدان جنگ بزرگ بین دو طرف خواهد شد.

در صفحه ۶ بخوانید

... پیک تکه آسمان



آینه رشد و کمال

خدا رحمت کند بنده‌ای را که سخن خردمندان را بشنود و دریابد و هر گاه به سوی رشد و هدایت خوانده شود، پاسخ مثبت گوید و دامن راهبر گیرد تا به ساحل نجات رسد، پروردگارش را منظر دارد و دل در هوای او سپرد و از گناهش ترسان باشد، خالص و بی‌ریا به بارگاه او رود و کردار شایسته تقدیم کند، ره توشه آخرت به دست آورد و از قانون شکنی دوری جوید، هدفدار حرکت کند و در جستجوی پاداش الهی باشد، با نفس خود بستیزد و بر آمال و آرزوها غلبه کند، صبر و بردباری را مرکب راهوار نجات خویش سازد، پرهیزکاری و خودنگهبانی را ساز و برگ سفر مرگ خویش دارد، راه روشن شریعت را در پیش گیرد و بر برهان‌های نورانی و روشنگر دین پایدار باشد، فرصت را غنیمت شمارد و بر اجل سبقت گیرد و از عمل صالح ره توشه سازد.

خطبه ۷۵ نهج البلاغه

اتفاق در راه خدا

چرا اموالتان را که از خداست در راه خدا نمی‌بخشید و انفاق نمی‌کنید، و چرا جانهای خود را که از خداست به او تقدیم نمی‌دارید شما یان خود را به نام خدا بر بندگانش بزرگ می‌دارید و نه در راه خدمت به بندگان، خدای را ارج می‌نهیید. اینک از سکنی گزیدن‌تان در خانه‌های گذشتگانتان و جدا شدن از نزدیک‌ترین برادرانتان پند گیرید.

خطبه ۱۱۶ نهج البلاغه

خاطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید روی پاکت نامه بنویسید: مریوط به ضمیمه خانواده

ایمیل ضمیمه خانواده روز نامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)
khanevadeh@ettelaat.com
شماره تماس: ۲۹۹۴۵۸۱

... کتابخانه



کارتونسازی خانان در جنوب تهران / عکس‌ها: مهر

خانواده

۱۲۷

ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات

شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۲
شماره ۲۵۵۸۲

امام صادق (ع):

هر که به خانواده اش نیکی کند، خداوند بر عمرش بیفزاید.

کافی



خط قرمزهای شکستی

۵ کاری که تصویری کردید پند از پندار شدن انجام دهید

صفحه ۷

درک و گفتگو.

- اگر خدا دعا‌های شما را مستجاب کند، ایمانتان را افزایش داده، اگر با تاخیر مستجاب کند، صبرتان را زیاد کرده و اگر مستجاب نکنند، چیز بهتری برایتان در نظر دارد.
- کلمات، قدرت آزار دادن شما را ندارند، مگر اینکه گوینده آن برایتان بسیار عزیز باشد.
- هرگاه آماده بودید عاشق شوید، نه هرگاه که تنها بودید.
- در ناک‌ترین محبت‌ها آنهایی است که با ریا، تزویر و تظاهر آمیخته است و لذت بخش‌ترین محبت‌ها آنهایی هستند که در عین کوچک بودن با خلوص نیت و با بی‌آلایشی همراه است.
- فرار کردن از مشکلات فقط فاصله رسیدن به راه حل را افزایش می‌دهد. آسانترین راه برای گریختن از مشکلات حل کردن آنها است.
- انسان نمی‌تواند اقیانوسهای جدید را کشف کند مگر اینکه شجاعت از دست دادن دیدن ساحل را داشته باشد.
- یک فرد موفق کسی است که بتواند از آجرهایی که دیگران به طرفش پرتاب کرده اند، ساختمانی محکم بنا کند.
- اگر نتوانید به یک خانم احترام بگذارید، حق صحبت کردن با وی را از دست خواهید داد.

در آید: گذشته تان، مردم و پول.

- ذهن فراموش می‌کند اما دل همیشه به خاطرش می‌ماند.
- هرگز برای کسی که شما را می‌آزارد گریه نکنید... در عوض لبخند بزنید و به او بگویید، ممنون بخاطر اینکه به من فرصتی دادی تا کسی بهتر از تو را پیدا کنم!
- همیشه دنبال افرادی که کمترین اهمیت را در زندگی به ما می‌دهند می‌دویم. چرا به این کار پایان ندهیم و اطرافمان را نگاه نکنیم تا ببینیم چه کسانی دنبال ما می‌دوند؟
- همه افراد به عنوان یک انسان قابل احترام اند اما از هیچکس نباید بت ساخته شود.
- اگر کسی را ترک می‌کنید لاقبل به وی علتش را توضیح دهید؛ چون اینکه ببیند لایق یک توضیح ساده هم نبوده، در ناک تر از خود ترک شدن است.
- کسانی که زندگی خود را وقف بدست آوردن منافع مادی و ثروت کرده اند به شما خواهند گفت که احساس خوشبختی را در اموال خود نمی‌یابند. خوشبختی هرگز انعکاس ثروت‌های مادی یک شخص نیست، بلکه انعکاس ثروت‌های معنوی و احساسی او است.
- ۶۰ کلید یک رابطه موفق: دوستی، آزادی، صداقت، اعتماد،

جمله های عالی از انسان های عادی

- خوشبختی یعنی بدست آوردن یک زندگی و تقسیم آن با دیگران!
- برای زندگی کردن دو راه وجود دارد. یکی اینکه گویی هیچ معجزه ای وجود ندارد و دیگری اینکه گویی همه چیز یک معجزه است.
- اگر میدانستید که افکار تان چقدر قدرتمند است، هیچگاه حتی برای یک بار دیگر هم منفی فکر نمی‌کردید!
- فقط کسانی را در زندگیتان نیاز دارید که در زندگیشان نیازمند شما باشند.
- یک پسر می‌داند چیزی را که می‌خواهد چگونه بدست آورد و یک مرد می‌داند چیزی را که به دست آورده چگونه نگه دارد.
- ممکن است شاهزاده ام را پیدا کنم اما پدرم همیشه پادشاه من خواهد ماند!
- هیچ گاه نمی‌توانید یک اشتباه را دو بار مرتکب شوید چرا که بار دوم دیگر آن یک اشتباه نیست بلکه یک «انتخاب» است.
- به خودتان اجازه ندهید توسط این سه چیز تحت کنترل



● مرصیه رجب تهرانی

زنون حکیم، مردی را بر ساحل دریا اندوهگین دید که بر دنیا غم می خورد حکیم به او گفت: بر دنیا غم مخور، اگر در نهایت توانگری در کشتی بودی و کشتی ات در دریا شکسته بود و در حال غرق شدن بودی، آیا نهایت آرزوی تو این نبودکه نجات یابی به قیمت از دست دادن تمام دارائیت؟ گفت: آری، پس به او گفت: اگر بر دنیا فرمانروایی داشتی و همه افراد پیرامونت قصد کشتن تو را داشتند آیا آرزوی تو نجات یافتن از دست آنان نبود حتی به بهای از دست دادن هر آنچه داری؟ گفت: آری، گفت اکنون گمان بر تو همان توانگر هستی و اینک همان پادشاه که ثروت و قدرت را از دست داده‌ای ولی جانت را به سلامت حفظ کرده‌ای. مرد به سخن او آرام گرفت.

خانواده اولین و بادوام‌ترین عامل در تکوین شخصیت کودکان و نوجوانان و زمینه‌ساز رشد جسمانی اخلاقی عقلانی و عاطفی آنان است. فرزندان ما در خانواده رشد می کنند بزرگ می شوند صفات مثبت و منفی را یاد می گیرند، راه و رسم زندگی را با تقلید از اعمال ما (والدین) می‌آموزند و آن‌چه را که درباره ما درک می کنند به دیگران تعمیم می‌دهند. پس چه خوب است محیطی در خانواده خود فراهم کنیم که آکنده از صفا و صمیمیت شادی و نشاط مهر و عطوفت تفریحات مناسب و گردش‌های به موقع باشد.

شادی در قرآن

شادی ۲ نوع است:

۱. مذموم
«... إِذَا أَذَقْنَا الْإِنْسَانَ مَبَا رَحْمَةً فَرِحَ بِهَا وَإِنْ تُصِيبَهُمْ سَيِّئَةٌ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيَهُمْ فَإِنَّ الْإِنْسَانَ كَفُورٌ»(شوری، ۴۸)

هنگامی که ما به ارحمتی از سوی خود به انسان می‌چشانیم مغرور و غافل می‌شود. و اگر بلائی به خاطر اعمالی که انجام داده‌اند به آنها رسد به کفران می‌پردازند.

هنگامی که ما به انسان رحمتی از ناحیه خود می‌چشانیم حالت غرور و غفلت به او دست می‌دهد، و از یاد خدا غافل می‌گردد. هنگامی که بلائی به خاطر اعمالی که انجام داده دامانش را بگیرد انسان به کفران می‌پردازد. نه نعمتهای الهی از طریق انگیزه شکر منعم او را بیدار و به شکرگزاری و معرفت و اطاعت او وامی‌دارد، نه مجازات‌هایی که به خاطر گناهان دامنگیرش می‌شود او را از خواب غفلت بیدار می‌کند، و نه دعوت پیامبر(ص) در او اثر می‌گذارد.

اسباب هدایت از نظر «تشریع» دعوت رسولان خدا، و از نظر «تکوین» گاه نعمت و گاه مصیبت است، اما در این کوردلان بیخبر هیچ یک از این امور مؤثر نمی‌افتد، مقصر آنها هستند تو نیستی، تو وظیفه ابلاغ را انجام داده‌ای.

نعمتها و مصائب این دنیا هر چه باشد در مقابل نعمتها و مصائب آخرت چیز اندکی است، و یا اینکه این افراد کم‌ظرفیت با مختصر نعمتی مست و مغرور، و با مختصر مصیبتی مایوس و کفور می‌شوند.

ایبن نکته نیز قابل توجه است که نعمت را به خودش نسبت می‌دهد چرا که مقتضای رحمت او است، و مصائب و بلاها را به آنها، چرا که نتیجه اعمال خودشان است. سپس برای نشان دادن این واقعیت که هر گونه نعمت و رحمت در این عالم از سوی خدا است، و

کسی از خود چیزی ندارد، به یک مساله کلی و یک مصداق روشن آن اشاره کرده، می‌فرماید «مالکیت و حاکمیت آسمانها و زمین برای خدا است و هر چه بخواهد می‌آفریند و به همین دلیل همه ریزخوار خوان نعمت او هستند، و نیازمندان لطف و رحمت او، لذا نه غرور به هنگام نعمت منطقی است، و نه یاس به هنگام مصیبت!»(تفسیر نمونه، ج ۲۰، ص ۴۸۲)

۲. پسندیده
«قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا

یابید، چرا که قرآن، کلام خداوند رحمن و مانع و امانی از شرّ شیطان و سبب برتری و سنگینی میزان است. (بحار، ج ۸۹، ص ۱۹)

در روایات، فضل و رحمت، به نبوّت و امامت تفسیر شده‌است). تفسیر نور الثقلین (چنان که فضل به نعمت‌های عامّ الهی و رحمت به نعمت‌های خاصّ خداوند تفسیر شده‌است. (تفسیر المیزان)
پیامبر اکرم(ص) فرمود: اهل ایمان بدانند که نعمت دین از همه اموال کافران بهتر است و باید

شرح چون که در روز قیامت مردمان با تقوی نتیجه اعمال خیر خویش را دریافت می‌کنند و با سرور و شادی وارد بهشت می‌شوند و به وصال حوریان عنبر سرشت می‌رسند (خصال، ج ۱، ص ۶۹)

۲. **شادی روح شیعیان هنگام ورود به بهشت:**
فردی از امام باقر علیه السّلام پیرامون آیه:.... وَ يَتَّبِعُهُمْ الْبَلَدِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ «۱»، پرسش کردم. حضرت علیه‌السّلام فرمود: به خدا

آثار شادی در خوشبختی خانواده

سوگند، ایشان همان شیعیان ما هستند، آن هنگام که روحشان به بهشت رود و از سوی خداوند عزّ و جلّ پذیرایی شوند خواهند دانست و یقین کنند که بر حق و بر دین الهی بوده‌اند، و مژده شادی دهند به برادران پسین خود که هنوز به آنها نپیوسته‌اند که نه ترسی بر آنهاست و نه غمگین گردند. (بهشت کافی، ص ۲۰۰)

۳. **شادی روزه‌دار:**
امام صادق(ع) فرمود: روزه‌دار دو شادی دارد: یکی شادی موقع افطار، و دیگر شادی موقع ملاقات پروردگار. (خصال، ج ۱، ص ۷۵)

۴. پاداش آن کس که بر دل برادر مؤمنش شادی نشانند:
امام صادق(ع) فرمود: چون خداوند مؤمن را از گورش در آورد پیکری با او خارج شود که در پیش رویش گام بردارد و هرگاه که آن مؤمن هراسی از هراس‌های روز رستاخیز را ببند آن پیکر او را گوید: اندوهگین مباش و مترس و تو را به شادی و بزرگداشت از سوی خداوند بشارت باد، پس پیوسته او را به شادی و بزرگداشت از سوی خداوند مژده دهد تا در پیشگاه خدای شکوهمند باز ایستد و خداوند حسابرسی او را آسان گیرد و دستور دهد که به بهشت در آید و آن پیکر در پیش روی او گام بردارد و مؤمن به او گوید: خدا تو را رحمت کند! چه نیکو همراهی بودی که همراه من از گور در آمدی و پیوسته مرا به شادی و بزرگداشت از سوی خدا مژده دادی تا آنچه را که مژده می‌دادی دیدم؟ پس بگو که تو کیستی؟ آن پیکر گوید: من شادی‌ای هستم که بر دل برادر مؤمن خویش نشانیدی. خداوند مرا از آن شادی آفرید تا تو را بشارت دهم. (ثواب الاعمال، ص: ۳۴۵)

شادی در خانواده

روزمرگی افتادن در دام توهمات و خرافات عدم قبول مسئولیت بی تفاوت نسبت به آموزه‌های علمی مکتبی و از نقاط ضعف یک خانواده خوش‌بخت است. لذا در این سطور به ارائه برخی توصیه‌ها در خصوص این مطلب خواهیم پرداخت:

۱. یکی از عمده‌ترین راه‌های خوشبختی در زندگی رضایت و خشنودی به قضا و قدر الهی است. آن چنان که حضرت علی(ع) می‌فرماید: «ان رضیتم بالقضا طالبت عیشکم» اگر به مقدرات الهی راضی شدید زندگی شما شیرین و گوارا می‌شود. (غرالحکم ج۳ ص۶۶) و یا در جایی دیگر امام صادق(ع) می‌فرماید: «نشاط و شادی در پرتو راضی بودن به رضای خدا و یقین به دست می‌آید و اندوه و غم در شک و ناخشنودی به مقدرات الهی حاصل می‌شود.»

۲. انسان سعادت‌مند انسانی است که بر

اخلاق خانواده

شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۲ - شماره ۲۵۵۸۲

قدرت لایزال الهی توکل دارد و در انجام هر کاری حتی موفقیت یا شکست در هر امری را خواست خدا می‌داند.

۳. داشتن تفکر مثبت در زندگی و خوشبینی معقول رمز خوشبختی در زندگی است. منفی نگرها همیشه نیمه خالی لیوان را می‌بینند. چنین افرادی عینک بدبینی به چشمان خود دارند اشتباهات کوچک را بزرگ می‌شمارند از کاه کوه می‌سازند و بدین صورت زندگی را در کام خود و دیگران تلخ می‌کنند. اما مثبت نگرها همیشه نیمه پر لیوان را می‌بینند خطاها و لغزش‌های دیگران را نادیده می‌گیرند و با دید مثبت و منطقی با آن‌ها برخورد می‌کنند. این قبیل انسان‌ها زندگی را نشاط‌انگیز می‌کنند و در سایه شادی و نشاط است که افراد خانواده و حتی

جامعه رشد می‌کنند و به شکوفایی می‌رسند.

۴. مهربانی‌ها و اظهار محبت‌های کوچک بسیار اهمیت دارند و خانواده را به کانونی گرم و صمیمی و با طراوت تبدیل می‌کنند. وقتی شوهر از سرکار برمی‌گردد و وارد خانه می‌شود همسرش به گرمی از او استقبال می‌کند به او سلام می‌کند. خسته نباشید می‌گوید و بلافاصله یک استکان چای جلوی او می‌گذارد. شوهر بدون درنگ با داشتن تبسمی بر لب از همسرش تشکر و قدردانی می‌کند و مثلا می‌گوید: از این که چنین همسری دارم خدا را شکر می‌کنم و به خود می‌بالم. بدین صورت است که بدر شادی و نشاط در محیط خانه کاشته می‌شود. و چه نیکو گفت امام علی(ع): «در همه حال با همسرت مدارا کن و با او معاشرت نیکو داشته باش تا زندگی ات گوارا و با نشاط باشد.»

۵. بسیاری از مشکلات و ناراحتی‌هایی که در جریان ارتباط با دیگران به وجود می‌آید ریشه در انتظارات متعارض و مبهم از وظایف و هدف‌ها دارد. انتظارات نامشخص و مبهم سبب ناراحتی عدم درک و تفاهم مشترک و از میان رفتن اعتماد و نهایتاً جوی حاکی از سوء تفاهم شک و تردید و نگرانی در خانواده می‌گردد. ۶. یکی دیگر از عوامل ایجاد شادی و نشاط

در خانواده گشاده‌رویی است زیرا خوش‌رویی کینه‌ها را می‌زداید انسان‌ها را به همدیگر نزدیک می‌کند دل‌ها را به هم پیوند می‌دهد جو حاکم بر خانواده را شاداب و با طراوت می‌کند ارتباط عمیق و عاطفی را سبب می‌شود و موجب تداوم و استواری محبت و دوستی در زندگی می‌شود. همچنان که مولایمان علی(ع) می‌فرماید: «والبشاشة حباله المودة» خوش‌رویی وسیله دوست‌یابی است.

۷. انتقاد منصفانه از عملکرد یکدیگر در محیط یک خانواده صمیمی مورد پذیرش قرار گرفته و موجب تعالی آن خانواده در ابعاد مختلف خواهد شد. لیکن انتقاد غرض‌ورزانه بالاخص آنکه به طور مستقیم و مداوم نیز باشد تبدیل و تعبیر به عیب‌جویی شده و زمینه‌ساز اختلافات و منازعات خانوادگی می‌گردد.

۸ هر فردی یک حریم عموم برای تعامل با دیگران با درجات متفاوت داشته و یک حریم خصوصی نیز برای برقراری ارتباط با خالق و ضمیر خویشتن و یارفع گرفتاری فکری و مشکلات روزمره دارد و لذا توصیه می‌گردد مادامی که هر یک از اعضای خانواده در حریم خصوصی خویش خلوت نموده‌اند (به تعبیر بعضی اندیشمندان در غار فکری و روحی خود فرو رفته‌اند) برای ایشان مزاحمت نکنیم.

...تکامل

باغ آلبالو

این روزها اگر سری به سالن یک تماشاخانه ایرانشهر بزید می‌توانید نمایش کم‌دی باغ آلبالو را ببینید که هر شب به جز شنبه‌ها روی صحنه می‌رود. نمایش «باغ آلبالو» نوشته آنتوان چخوف است که حسن معجونی علاوه بر دراماتورژی آن را کارگردانی کرده است.

در نمایش «باغ آلبالو» بازیگرانی چون هما روستا، رضا بهبودی، سعید چنگیزیان، داریوش موفق، لیلی رشیدی، مهدی کوشکی، اشکان جنابی، کاظم سیاچی، هوتن شکیبیا، سارا افشار، به آفرید غفاریان حضور دارند و ساخت و اجرای موسیقی این نمایش را پویا پورامین، نیما عقیانی، سارا بیگدلی شاملو و طراحی لباس آن را ویشکا آسایش به عهده داشته است.

بازیگر اصلی این نمایش هما روستا است که نقش مادام لیویل را ایفا می‌کند و به عقیده کارگردان این نمایش «باغ آلبالو» یکی از ده نمایشنامه برتر است.نمایش «باغ آلبالو» هر شب ساعت ۱۹:۳۰ به روی صحنه می‌رود.باغ آلبالو روایت مادام رانوسکایا است که بعد از پنج سال دوری از وطن به خانه و باغ پدری اش باز می‌گردد و می‌فهمد که باغ آلبالویشان قرار است بخاطر بدهی بانکی به حراج گذاشته شود.

...سیمینا

برف روی کاج‌ها

بعد از یک سال بالاخره فیلم برف روی کاج‌ها هم مجوز اکران گرفت و حالا از ابتدای اردیبهشت ماه این فیلم روی پرده سینماهای کشور رفته است. برف روی کاج‌ها کاری است به نویسندگی و کارگردانی پیمان معادی که در سال ۹۰ ساخته شده

و تهیه کنندگی آن را اسید جمال ساداتیان به عهده داشته است. این فیلم قصه رو یا معلم نوازنده پیانو را روایت می‌کند که با شنیدن یک خبر ناگوار هارمونی زندگی آرام اش به هم می‌خورد. از اینجا به بعد بیننده با رویا در غم‌ها و دل‌تنگی هایش و در تلاش هایش برای هضم موضوع خیانت همسر همراه می‌شود.

در این فیلم مهناز افشار، ویشکا آسایش، صابر ابر، حسین پاکدل، حسن معجونی، آناهیتا افشار، الهام کدا و شیرین یزدان‌بخش بازی می‌کنند.«برف روی کاج‌ها» در سی‌امین جشنواره فیلم فجر اکران شد و سیمرغ بلورین بهترین فیلم از نگاه مردم را از آن خود کرد.پیمان معادی فیلمنامه فیلم‌های آواز قو، عطش، کما، کافه ستاره و شام عروسی را نوشته، اما این فیلم اولین تجربه کارگردانی اوست. سینماهای نمایش دهنده این فیلم در تهران عبارتند از: عصر جدید، پردیس ملت، پردیس زندگی، فرهنگ، شکوفه، ماندانا، اریکه ایرانیان و ایران.



پیشنهاد هفته

در یک شهرستان کوچک چندنفر خانم که بیشترشان مادرند یک هفته در میان روزهای شنبه دور هم جمع می شوند، داستان می نویسند و درباره ی داستانها و کتابهایی که خوانده اند حرف می زنند در حالی که دلشان شور می زند ناهار چه کنند، بچه ها از مدرسه نیایند و پشت در نمانندو.. با این همه از دور هم بودن و خواندن و نوشتن شان لذت می برند و با این تجربه، فضای کوچک

در یک شهرستان کوچک چند نفر خانم که بیشترشان مادرند یک هفته در میان روزهای شنبه دور هم جمع می شوند، داستان می نویسند و درباره ی داستانها و کتابهایی که خوانده اند حرف می زنند در حالی که دلشان شور می زند ناهار چه کنند، بچه ها از مدرسه نیایند و پشت در نمانندو.. با این همه از دور هم بودن و خواندن و نوشتن شان لذت می برند و با این تجربه، فضای کوچک

در یک شهرستان کوچک چند نفر خانم که بیشترشان مادرند یک هفته در میان روزهای شنبه دور هم جمع می شوند، داستان می نویسند و درباره ی داستانها و کتابهایی که خوانده اند حرف می زنند در حالی که دلشان شور می زند ناهار چه کنند، بچه ها از مدرسه نیایند و پشت در نمانندو.. با این همه از دور هم بودن و خواندن و نوشتن شان لذت می برند و با این تجربه، فضای کوچک

در یک شهرستان کوچک چند نفر خانم که بیشترشان مادرند یک هفته در میان روزهای شنبه دور هم جمع می شوند، داستان می نویسند و درباره ی داستانها و کتابهایی که خوانده اند حرف می زنند در حالی که دلشان شور می زند ناهار چه کنند، بچه ها از مدرسه نیایند و پشت در نمانندو.. با این همه از دور هم بودن و خواندن و نوشتن شان لذت می برند و با این تجربه، فضای کوچک

در یک شهرستان کوچک چند نفر خانم که بیشترشان مادرند یک هفته در میان روزهای شنبه دور هم جمع می شوند، داستان می نویسند و درباره ی داستانها و کتابهایی که خوانده اند حرف می زنند در حالی که دلشان شور می زند ناهار چه کنند، بچه ها از مدرسه نیایند و پشت در نمانندو.. با این همه از دور هم بودن و خواندن و نوشتن شان لذت می برند و با این تجربه، فضای کوچک

در یک شهرستان کوچک چند نفر خانم که بیشترشان مادرند یک هفته در میان روزهای شنبه دور هم جمع می شوند، داستان می نویسند و درباره ی داستانها و کتابهایی که خوانده اند حرف می زنند در حالی که دلشان شور می زند ناهار چه کنند، بچه ها از مدرسه نیایند و پشت در نمانندو.. با این همه از دور هم بودن و خواندن و نوشتن شان لذت می برند و با این تجربه، فضای کوچک

در یک شهرستان کوچک چند نفر خانم که بیشترشان مادرند یک هفته در میان روزهای شنبه دور هم جمع می شوند، داستان می نویسند و درباره ی داستانها و کتابهایی که خوانده اند حرف می زنند در حالی که دلشان شور می زند ناهار چه کنند، بچه ها از مدرسه نیایند و پشت در نمانندو.. با این همه از دور هم بودن و خواندن و نوشتن شان لذت می برند و با این تجربه، فضای کوچک

میم مثل معلم

● فهیمه جوادی

دستم روی کیفم است و به پاکت در بسته‌ای که درون آن است فشار می آوردم. وارد کلاس که می‌شوم نفس عمیقی می‌کشم تا حالت‌م عادی شود. صبح با چشمهای پف کرده و چهره گرفته به مدرسه رفتن توجه همه را جلب می‌کند. «خانم چی شده؟» «خانم اتفاقی افتاده؟» و شیرین‌زبان کلاس، خاطره «خانم غمتان را نبینیم.» با وجود کنج‌کاو ی‌های دخترها داشتن یک کلاس صمیمی و پر تحرک بهتر از کلاس جدی و خشک و قلم و کاغذی است. بعد از تدریس با بچه‌ها از هر دری سخن می‌گوییم، از اعجاب فتوستنتر گیاهان تا تولید و تورم سلول‌ها و تولید بیماری. اما انگار دیگر نمی‌توانم از بدکاری سلولهای استخوانی بگویم که پزشکان مشکوکند در بدن من باشد. ده روز است که شوک عظیمی خانواده ما را فرا گرفته است. من در سکوت و محمد در اگرها و شاید‌ها. سیمین و سهیل از سردرگمی ما چیزهایی فهمیده‌اند اما به زبان نمی‌آورند. می‌دانند که همه چیز از دردهای مفاصل و رفتن به دکتر در عصر چهارشنبه شروع شد. دکتر شکوهی بعد از معاینه کامل، با عینک ذره‌بینی اش تاریخ دفتر چه خدمات درمانی‌ام را زیر و رو

داستان

شهرستان را بزرگ و گسترده کرده‌اند. سر ظهر هم که می‌شود شوق کلاس را به خانه می‌برندو غذاهای حاضری و سردستی را به طعم روایت و چاشنی قصه، لذت بخش می‌کنند برای همین است که اسم کارگاه داستان نویسی اشان را گذاشته‌اند: «امروز شنبه است بجای ناهار داستان داریم» رودابه کمالی

بود که خودش را سپر بلای دیگران کرده است. با تعجب نگاهش کردم و لبخند زدم.

شب قبل دیکته سهیل را گفتم و به سوالات شیمی سیمین جواب دادم. بچه‌ها که خوابیدند، محمد کنارم نشست. صبح جواب آزمایش خون و نمونه‌برداری آماده بود. می‌خواست خودش جواب را بگیرد. می‌دانستم می‌خواهد فشار کمتری را متحمل شوم. گفتم: «جواب را می‌گیرم و عصر با هم می‌رویم پیش دکتر.» می‌ترسید جواب را خودم بخوانم و نتوانم تحمل کنم. این را از چشمانش می‌خواندم. می‌دانست که راضی نمی‌شوم، رفت و من در افکار پریشان و مبهم غرق بودم و به هر گوشه‌ای چنگ می‌زدم تا راه نجاتی بیابم. بچه‌ها چطور با بیماری من کنار می‌آیند؟ اگر بچه‌ها سر و سامان گرفته بودند غمی نداشتم. درد را تحمل می‌کردم و مرگ را هم. بعد از من چه بلایی سر سیمین و سهیل می‌آید؟

محمد به تنهایی از پس تربیت و تحصیل آنها بر نمی‌آید. کاش فرصت بیشتری داشتم تا به ثمر رسیدنشان را ببینم. اشک‌هایم می‌چکید و در بیداری، کابوسی ار بیماری و درد و مرگ می‌دیدم. ترسهای عظیمی به قلبم هجوم می‌آورد. ترس از تنهایی، ترس از ناشناخته‌ها، ترس از ناتوانی و درد، ترس از تمام شدن فرصتها و شک به آنچه تاکنون کرده‌ام. ترس از رها شدن بچه‌ها... لحظه‌ای به سکوت گوش دادم. انگار تا امروز هستی بر مدار من می‌چرخید و اگر من نباشم دنیا طور دیگری خواهد بود. ناگهان به تلخی دریافتم که اینگونه نیست. سیمین بدون من هم به دانشگاه خواهد رفت و با مرد خوبی ازدواج خواهد کرد. سهیل هم با هوشی که از او سراغ دارم مرد موفقی خواهد شد، محمد دوباره ازدواج خواهد کرد و.... من بدون آنها چه کنم؟ بدون محمد، سیمین و سهیل... درد دستهایم شروع شده بود. آرام به زیر پتو خزیدم. محمد بیدار به بطرفم چرخید. شروع به ماساژ دستهایم کرد. با تردید پرسید: «می‌ترسی؟» ترس معنی غریبی داشت که قبلاً نمی‌فهمیدمش. ترس من گنگ و مبهم بود و در سکوت، مثل دست کشیدن روی دیوار سرد و نمناک غاری که انتهای آن در تاریکی است. ترس محمد از لرزش



نمونه‌برداری را تجویز کرد، سکوت مبهمی بین ما ایجاد شد که سیمین پانزده ساله و سهیل ده ساله را می‌ترساند. بنا به قرار قبلی پرس و جوهای بچه‌ها فقط با «چیز مهمی نیست» بی‌جواب می‌ماند. اما حواس پرتی و خیره شدن ناخودآگاهم را هیچ‌طوری نمی‌توانستم توجیح کنم. با سوال یکی از بچه‌ها به خود آمدم: «خانم صادقی، لطفاً یه مثال بزنی که عملکرد آنزیمها در طبیعت چگونه است؟» تازه یادم آمد که ساعت نه روز شنبه است و در کلاس دوم ب‌هستم. همان روزی که جواب آزمایش و نمونه‌برداری را گرفتم. سریع گفتم: «چه کسی می‌تواند به این سوال جواب بدهد؟ سارا بگوید. سارا کجاست؟» بچه‌ها هول شدند و هر کس چیزی می‌گفت. یک نفر بلند گفت: «امروز نمی‌آید خانم» نگین که به ندرت داوطلب می‌شد دست بلند کرد. معلوم

می‌کرد و حتی نمی‌دانست تاثیر گفتارش در چهره مخاطبش چیست؟

– شغل شما چیست؟

– معلم

– تا به حال برای درمان بیماری خاصی رادیو تراپی کردید؟

– نه

– پرکاری تیروید دارید؟

– نه

برای تشخیص کامل بیوسپی یا نمونه‌برداری لازم است. با این علایمی که دارید مثل؛ درد مفاصل و استخوان‌ها در شب یا هنگام فعالیت، خستگی، کم خونی، سرد شدن بدن، عرق کردن در شب و... احتمال سرطان استخوان زیاد است. دوش آب گرم و ماساژ درد را کمتر می‌کند.» محمد عصبانی از مطب بیرون آمد؛ حتماً دکتر بهتری در این شهر وجود دارد. اما وقتی پرفسور حسام هم همین

...موزه

موزه هنرهای ملی

اگر اهل هنر و تاریخ و فرهنگ هستید یکی از همین روزها دست خانواده تان را بگیرید و به موزه هنرهای ملی ایران سری بزنید. موزه ای که یکی از زیباترین و ارزشمندترین مجموعه‌های فرهنگی کشور به حساب می‌آید. موزه هنرهای ملی در برگیرنده بهترین

هنرهای اصیل ایرانی است. خاتم‌کاری، مینیاتور، تذهیب، میناکاری، قلم‌زنی، معرق، کاشیکاری، قالیبافی، پارچه‌بافی، زرّی‌دوزی و مخمل‌دوزی نمونه‌هایی از هنرهای نمایش داده شده در موزه هنرهای ملی است. ساختمان موزه هنرهای ملی، حوضخانه باغ نگارستان است. ۱۷۰ سال پیش، در زمان فتح‌علی‌شاه، در محل ساختمان‌های وزارت فرهنگ و ارشاد امروزی، باغ بزرگی بود که از شمال تا خیابان هدایت فعلی و از جنوب تا میدان بهارستان گسترده بود. در حال حاضر از آن باغ و قصر فقط حوض خانه‌ای باقی‌مانده که تبدیل به موزه هنرهای ملی شده است. این اثر در تاریخ ۲۸ بهمن ۱۳۶۹ با شماره ثبت ۱۷۳۲ به‌عنوان یکی از آثار ملی ایران به ثبت رسیده است. موزه هنرهای ملی ایران در سال ۱۳۰۹ خورشیدی با تلاش استاد حسین بهزاد شکل گرفت. این موزه در تهران، میدان بهارستان، خیابان کمال‌الملک ساختمان فرهنگ و ارشاد اسلامی قرار دارد و بازدید از آن از ساعت ۸ تا ۱۶ هر روز امکان پذیر است.

شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۲ - شماره ۲۵۵۸۲

شانه‌هایش در تنهایی روی سجاده‌اش پیدا بود. با تکان سر حرفش را تایید کردم. آغوشش را گشود تا ترس‌هایم در گرمای بازوانش آب شود.

بیست دقیقه به زنگ تفریح مانده بود و من هنوز فرصت نکرده بودم جواب آزمایش را بخوانم. دستم را روی کیفم گذاشتم. تمام ابعاد پاکت را زیر انگشتانم حس می‌کردم. چند ضربه به در کلاس خورد و سارا با جعبه بزرگ کیکی وارد شد. بچه‌ها دست زدند و هورا کشیدند و روز معلم را تبریک گفتند. اولین بار بود که این روز را یادم رفته بود حتی در خانه‌مان هم فراموش شده بود. بچه‌ها با هیجان کیک را از جعبه درآوردند و نگین چهارده شمع به عنوان چهاردهمین سال تدریس روی کیک گذاشت. پیش‌دستی‌های یکبار مصرف را آوردند و سارا بسته بزرگی که با کاغذ بنفش و ربنای‌های یاسی بسته‌بندی شده بود را کنار کیک گذاشت.

همه چیز به سرعت چیده می‌شد. مثل سیندرلا که تبدیل موش‌ها و کدو به اسب و کالسکه و لباس پاره‌اش به لباس زیبا را با تعجب می‌دید، به کار بچه‌ها نگاه می‌کردم. بچه‌ها آواز می‌خواندند و خاطره روی میز ضرب گرفته بود. آرامشان کردم و از همه تشکر کردم. با آهنگ یک صدای بچه‌ها که می‌خواندند: باز شود دیده شود، کادو را باز کردم. مجموعه کتاب‌های بزرگ علوی بود. نگاه قدردانی به بچه‌ها انداختم و پرسیدم: «پیشنهاد کی بود؟» بچه‌ها به نگین اشاره کردند و نگین دستهایش را بالا آورد و همه خندیدیم. ساعات خنده به سرعت گذشت و کلاس خالی شد. برای دقایقی همه چیز را فراموش کرده بودم. پشت میزم نشستم و پاکت را روی میز گذاشتم. کاغذ سفیدی بین تکه‌های کاغذ کادو و ربن‌ها، خودنمایی می‌کرد. چطور وقتی کادو را باز کردم آن را ندیدم؟ نامه را باز کردم. نوشته بود: تقدیم به معلمی که بزرگ است مثل دنیا، مهربان است مثل مادر، استوار است مثل کوه، آرام است مثل دریا... کاغذ را روی زانوانم رها کردم. سرم را عقب بردم و چشمانم را بستم. جمله آرام است مثل دریا در ذهنم تکرار می‌شد. پلک‌هایم را به هم فشردم. سیاهی با فشار پلک‌هایم کم رنگ و پر رنگ می‌شد. با انبساط، نقاط سیاه پراکنده می‌شد و سایه‌هایی از نور نمایان می‌شد و با انقباض، سیاهی نور را در خود فرو می‌برد. چشمانم را باز کردم برای لحظه‌ای تار می‌دیدم. نگاهم روی میز ثابت شد. دستانم جلو رفت و روی پاکت لغزید.

...گشت و گذار

بادرود

بادرود یکی از روستاهای کویری استان اصفهان است؛ روستایی که سالانه مهم‌ترین سوغات آن یعنی انار در حجم ۴۰ هزار تن به شهرهای داخلی و خارجی صادر می‌شود. شهر بادرود که درست در مرکز جغرافیایی ایران قرار

گرفته است، از توابع استان اصفهان است که از سوی جنوب در کوپایه‌های کرکس و از شمال به حاشیه کویر مرکزی ایران چون نگینی درخشان بر بستر پهن دشت فلات مرکزی ایران می‌درخشد. گویش محلی بادرود که ریشه در فارسی پهلوی دارد تنها گویشی است که به عنوان یادگار پیشینیان ایران کهن در این دیار به یاد مانده است. بادرود آب و هوای معتدلی دارد با این حال تابستان‌هایش نسبتاً گرم و بارندگی آن بسیار کم است اما شب‌های خنک و زمستانی سرد دارد. بارش باران در دو فصل زمستان و تابستان نسبتاً کم است و بیشتر در فصل‌های بهار و پاییز باران می‌بارد. بهترین زمان برای سفر به بادرود بهار و پاییز است. این منطقه در ماه‌های تیر و مرداد گرم‌ترین روزهایش را می‌گذرانند و سردترین زمان آن هم آذر و دی و تا اواسط بهمن است. برای سفر به بادرود از اصفهان فاصله ۱۳۰ کیلومتری اتوبان اصفهان –کاشان را باید طی کرد.

... کتاب

کتاب انقلاب

«کتاب انقلاب» یکی از تازه‌های نشر است که به قلم محمدرضا زائری توسط دفتر نشر فرهنگ اسلامی منتشر شده است. کتابی که شرح و تاملی بر «صحیفه نور» امام خمینی (ره) است و اولین مجلد از مجموعه «کتاب انقلاب» این نویسنده به شمار می‌آید. کتاب

انقلاب با زیرعنوان «فصل بیداری» به بازخوانی اندیشه‌های بنیان‌گذار جمهوری اسلامی ایران می‌پردازد. بخشی از این اندیشه‌ها در مجموعه‌کتاب «صحیفه نور» مکتوب شده و مولف کوشیده است پس از تلخیص سخنان امام خمینی (ره) با اضافه کردن شرح‌هایی مخاطب را به تامل در بیانات بنیان‌گذار فقید انقلاب اسلامی ترغیب کند. زائری در مقدمه نوشته است: «سخنان دلنشین و گهربار امام راحل خلاصه و چکیده معارف اسلامی و الهی به زبان روز است و «صحیفه نور» جاودان و خواندنی و تازه خواهد ماند؛ مجموعه‌ای که چکیده و روح معارف اسلامی و الهی را در قالب زمان معاصر برای همگان عرضه می‌کند و این کتاب کوچک، پنجره‌ای به آن آسمان بزرگ و گسترده خواهد بود تا «صحیفه نور» را به تناسب استفاده و نیاز عموم مخاطبان از آغاز و به تدریج به بازخوانی بنشینیم و بهانه‌ای باشد تا مشتاقان و تشنگان آن سخن گوارا را پیاله‌ای بنوشاند.» این کتاب ۲۰صفحه ۱۳هزار تومان قیمت دارد.

...دلمه‌های شیرین

اکلر کیک

اکلر، دسری خوشمزه و شکلاتی است که از ترکیب موس شکلات و قهوه و نان خامه‌ای تهیه می‌شود و می‌تواند عصرانه دلپذیری برای این روزهای شما باشد.

● مواد لازم:

تخم مرغ	۴ عدد
شکر	یک لیوان
شیر	یک لیوان
ژلاتین	۱۰ گرم
خامه	۲۰۰ گرم
آب	یک چهارم لیوان
کاکائو	۲ قاشق
قهوه فوری	۱ قاشق مرباخوری
وانیل	مقداری
نان رولت	به اندازه کف قالب ۲۴ سانتیمتری
نان خامه‌ای	به مقدار لازم

● طرز تهیه:

نان رولت و نان خامه‌ای قابل تهیه از قنادی‌ها هستند. برای تهیه موس شکلاتی این دسر، باید زرده را همراه شکر و وانیل بزنید تا کرم رنگ شود. سپس شیر را

در قابلمه‌ای به جوش آورده و به زرده اضافه کنید و مرتب هم بزنید تا کاملاً مخلوط شود. ژلاتین را روی آب سرد بپاشید و روی بخار آب، به روش بن ماری آب کنید. سپس آن را به زرده اضافه کرده و اجازه دهید سرد شود.

سفیده‌ها را خوب بزنید تا فرم بگیرد و در صورت سر و ته کردن ظرف، از آن نریزد. حالا خامه را به آن اضافه کنید و با مایه زرده به تدریج مخلوط اضافه نمایید. ۲ پیمانه از این مخلوط را جدا کرده و به آن قهوه فوری که در ۱ قاشق غذاخوری آب داغ حل کرده اید، اضافه کنید. کاکائو را هم در مقداری آب حل کنید تا حالت خمیری پیدا کند و به بقیه مایه موس اضافه کنید.

رولت را به اندازه کف قالب ۲۴ سانتیمتر بریده و داخل قالب بگذارید و نان خامه‌ای را روی آن بچینید. موس شکلاتی را که در یخچال گذاشته اید و نیم بند کرده اید، روی نان خامه‌ای‌ها ریخته و در یخچال قرار دهید تا سفت تر شود. حالا موس نسکافه‌ای را روی آن بریزید و در یخچال به مدت ۴ تا ۵ ساعت قرار دهید. سپس آن را بیرون آورده و تزئین کنید.

...آشپزخانه و آشپزی

مافین ذرت

مافین ذرت یک کنار غذای شیک و خوش طعم است که می‌تواند یک شام سبک هم برای خانواده شما به حساب بیاید.

● مواد لازم برای ۱۲ عدد:

ذرت شیرین	۱ پیمانه
آرد	۲/۵ پیمانه
کره	۲۰۰ گرم
تخم مرغ	۲ عدد
ماست	یک پیمانه
جعفری خرد شده	۳ قاشق
فلفل دلمه‌ای	۱ عدد
سرکه	۱ قاشق
شکر	۱ قاشق
بیکینگ پودر	۱ قاشق
نمک و فلفل	به میزان لازم

● طرز تهیه:

فلفل دلمه‌ای را نگینی خرد کرده و تفت دهید. سپس اجازه دهید خنک شوند. تخم مرغ‌ها را با ماست بزنید و با کره‌ای که در دمای محیط نرم شده، مخلوط کنید و نمک، فلفل، سرکه و شکر را

به آن اضافه کنید. فلفل دلمه‌ای و ذرت را مخلوط کرده و آرد و بیکینگ پودر را به آنها اضافه کنید و مخلوط تخم مرغ و ماست را به آن بیفزایید. خمیر حاصل را در قالب‌های مافین که از قبل چرب کرده اید بریزید و در دمای ۱۷۰ درجه سانتی گراد فر به مدت ۴۰ دقیقه بپزید. سپس آنها را بیرون آورده و بعد از سرد شدن از قالب‌ها جدا کرده و با جعفری خرد شده و سس کچاپ تزئین کنید. می‌توانید روی آن کمی پنیر صبحانه که در ماکروفر گرم و مذاب کرده اید بریزید.

● نکته:

در صورتی که رژیم‌های بودن این غذا برایتان مهم نبود، می‌توانید کالباس خرد شده به مواد مافین اضافه کنید.



پایزها اضافه کنید و تفت دهید. سپس اجاق را خاموش کرده و اجازه دهید ترکیب گوجه و پیاز و سیر کمی از داغی بیفتد. سپس سس مایونز، خامه و ژامبون ورقه‌ای را به آن اضافه کرده و هم بزنید. پودر آویشن را هم اضافه کنید و ریحان را درشت خرد کنید و روی آن بریزید.

حالا فتوجینی‌ها را در تابه ریخته و بدون اضافه کردن روغن کمی تفت دهید و وقتی گرم شد، آن را در ظرف ریخته، سس را روی آن بریزید. در صورت تمایل می‌توانید کمی پنیر گودا روی پاستا رنده کنید.

● سس آلفردو:

اگر مایلید فتوجینی تان را به روش سنتی با سس آلفردو

فرش و کوسن و روتختی پیاده کنید.

۵. تاباندن نورهای نقطه‌ای را در اتاق خواب فراموش نکنید. به این ترتیب می‌توانید تأکید بیشتری روی برخی نواحی اتاق داشته باشید و کوچکی اتاق را جبران کنید. آباژورها و چراغ‌های دیوار کوب بهترین منابع تامین این نور هستند.

۶. رنگ اتاق خواب‌های کوچک باید در روشن ترین



حالت ممکن باشد. ترجیحا سفید. اگر از کاغذدیواری برای اتاق خواب استفاده می‌کنید، طرح‌های راه راه عمودی را به کار ببرید. البته نه روی همه دیوارها چون اتاق را تنگ تر نشان می‌دهند. ضلع بالایی تخت را با این نوع کاغذ دیواری بپوشانید تا فضای عمودی اتاق آن را از تنگی و کوچکی بیرون آورد.

نکاتی برای چیدمان اتاق خواب‌های کوچک

خواب راحت در اتاق راحت

اگر آشپزخانه قلب خانه باشد، اتاق خواب مرکز آرامش و تجدید قوای خانه است. پس به همان اندازه هم باید برای سر و سامان دادن آن وقت بگذارید. در خانه‌های امروزی که کم متر از هستند، اتاق خواب‌ها فریانی نقشه‌های معماران می‌شوند و معمولاً فضایی کوچکتر از حد انتظار دارند. چیدمان این اتاق خواب‌های کوچک در دسری است که شاید بتوانید با چند نکته دکوراسیونی کوچک، آن را هموار کرده و فضای بهتری برای استراحت خود و خانواده تان فراهم کنید. این نکات را بخوانید و در خانه خود پیاده کنید.

۱. در اتاق خواب‌های کوچک باید مراقب سایز وسایل تان باشید. تخت‌های بزرگ سلطنتی با تاج‌های بلند، تخت‌های کناره دار با چوب ضخیم و رنگ‌های طلایی و کنده کاری‌های سنگین، اتاق خواب شما را خفه و تنگ و تاریک نشان می‌دهند. بنابراین هر قدر هم که به این تیب از دکوراسیون علاقمند باشید نباید آن را در خانه کوچکتان پیاده کنید. اهمیت این مساله تا حدی است که در برخی اتاق‌های کوچک از تخت‌های بدون تاج استفاده می‌کنند. در عوض می‌توانید از برچسب‌های طرح دار زیبا در بالای تخت استفاده کنید.

۲. اگر فضای اتاق به حدی تنگ است که یک تخت کامل با تمام تجهیزات جانمی شود، کافیسیت از بدنه اصلی تخت و تشک آن استفاده کنید و به جای تاج تخت که معمولاً فضایی ۲۰ تا ۳۰ سانتی متری از دیوار ایجاد می‌کند، از ورقه‌های فیبر (MDF) به انداز و شکل تاج تخت استفاده کنید.

۳. معمولاً تخت را در گوشه‌ای از اتاق قرار می‌دهند. این کار فضای مرکزی اتاق را بزرگتر جلوه می‌دهد اما در اتاق‌های کوچک، بهترین کار این است که به جای چسباندن تخت به یک دیوار، با قرار دادن آن در وسط اتاق یک نقطه دید مرکزی ایجاد کنید.

۴. در اتاق خواب‌های کوچک از پرده‌های روشن استفاده کنید. کتیبه یا رو پرده‌ای نصب نکنید تا چشم بیننده را درگیر نکند. یک حریر ساده سفید رنگ بهترین گزینه برای این اتاق‌ها است. به جای پرده، بهتر است رنگ‌های دلخواه تان را روی

وقتی روده‌ها پیشگو می‌شوند

باورتان می‌شود که روده بتواند بیماری قلب و مغز را پیشگویی کند؟ لابد می‌پرسید روده به قلب و مغز چه ربطی دارد! این چیزی است که محققان به تازگی اعلام کرده‌اند. آنها متوجه شده‌اند بررسی سطح خونی ماده‌ای که از روده ترشح می‌شود می‌تواند با احتمال زیادی پیش‌بینی کند که آیا این شخص در آینده دچار مشکلات قلبی خواهد شد یا نه؟ هر چه میزان این ماده که تی –ام –آ –او یا همان تری متیلن آمین ان اکساید نام دارد، بیشتر باشد احتمال ابتلای فرد به بیماریهای قلبی هم بیشتر می‌شود. این ماده که توسط باکتریهای گوارشی تولید می‌شود، می‌تواند هدفی برای کمک به کاهش خطر بیماریهای قلب باشد. محققان معتقدند اندازه‌گیری این ماده در خون می‌تواند بیش از سایر نشانگرها مانند کلسترول و فشار خون و سیگار، احتمال خطر را پیش‌بینی کند.

جالب است بدانید محققان متوجه شده‌اند کولین موجود در زرده تخم مرغ و کارنیتین موجود در گوشت قرمز به همین ماده تبدیل می‌شوند. محققان می‌گویند این ماده نحوه متابولیسم کلسترول را تغییر می‌دهد. به طوری که در آغاز روند سخت شدن دیواره رگ نقش داشته و کمک می‌کند کلسترول به دیواره رگها بچسبد. در ضمن کاری می‌کند که کبد و روده نتوانند به راحتی از شر کلسترول خلاص شوند.

میزان این ماده با توجه به تحقیقات بستگی به نوع تغذیه فرد دارد. کسانی که گوشت قرمز می‌خورند بیشتر دارای این ماده در خونشان هستند. بنابر این با اصلاح رژیم غذایی می‌توان از این راه به کم شدن احتمال بیماری قلب هم کمک کرد. محققان می‌گویند گیاه‌خواران در خونشان مقادیر کمتری از این ماده دارند و به همین علت کمتر به بیماریهای قلب دچار می‌شوند. اما کسانی که میزان تی –ام –آ –او در خونشان بالاست تا ۲/۵ برابر بیشتر احتمال ابتلا به سکنه قلبی و مغزی دارند.



جمع شدن تالاموس، اولین علامت ام اس

ام –اس از آن دسته بیماریهایی است که علت و درمان قطعی آن هنوز هم ناشناخته است و به همین علت محققان هر روز به دنبال یافتن نکات تازه‌ای درباره آن هستند.

این بار محققان متوجه شده‌اند که آتروفی و به عبارت دیگر چروکیده شدن بخشی از مغز که تالاموس نام دارد می‌تواند نشانه تازه‌ای از شروع این بیماری باشد. آنها می‌گویند قبل از بروز ضایعاتی در این بخش مغز –که با آسیب‌شناسی بافت مشخص می‌شود –مشاهده کوچکی آن در تصویر برداری رزونانس مغناطیسی یا همان ام –ام –آی می‌تواند برای تشخیص زودرس این بیماری پیشرونده کمک خوبی باشد.

لازم است بدانید تالاموس به عنوان مرکز تقویت‌کننده پیامهای عصبی در مغز عمل می‌کند و محققان با انجام ام –ار –آی در بیماران متوجه شدند که این قسمت در ۴۳ درصد از بیماران (که از شروع یک مشکل عصبی –که مقدمه‌ای بر ام –اس است، رنج می‌برد) کوچک و چروکیده شده است. لازم است بدانید بیش از ۲ میلیون نفر در جهان از این بیماری رنج می‌برند که با علائمی مانند بی‌حسی و سوزن سوزن شدن اندامها، اختلال بینایی، اختلال حرکت، سرگیجه و مشکلات مثانه و روده درگیرند.

بیکاری قلب را می‌شکند

امیدواریم هیچ‌گاه شما در د بیکاری را نچشید و از عوارض آن هم ایمن باشید. می‌پرسید چه عوارضی؟ منظورمان همان عوارضی است که محققان به تازگی برای بیکاری بر شمرده‌اند. آنها می‌گویند استرس و نگرانی ناشی از بیکار شدن و از دست دادن شغل می‌تواند قلب و عروق این افراد را به خطر بیندازد. آنها معتقدند از دست دادن شغل می‌تواند خطرات فوری برای قلب داشته باشد. استرس و عادات بد ناشی از بیکار شدن می‌تواند موجب آسیب به قلب و رگها شده و حتی در افرادی که انتظار از دست دادن شغلشان را نداشته‌اند می‌تواند نشانگان قلب شکسته را ایجاد کند.

در شرایط بسیار پر استرس، بدن آدرنالین زیادی آزاد کرده و ترشح اعصاب سمپاتیک زیاد شده و موجب ضربان‌های نامنظم در قلب می‌شود. این تغییرات می‌تواند در بعضی افراد یک حمله قلبی ایجاد کند. البته اغلب افراد می‌توانند بدون حمله قلبی این واکنش بدن به استرس را به تدریج پشت سر بگذارند. اما تغییرات تدریجی بعد از بیکاری مانند فشار بی‌پولی، تغذیه نامناسب، مشکلات خانوادگی و رفتارهای پرخطر مانند مصرف الکل و مواد... و عوامل روانی هم می‌تواند به تدریج موجب مشکلات قلبی عروقی شود. اغلب مردم از عوامل خطر ساز بیماری‌های قلبی مانند ژنتیک، چاقی، کلسترول بالا و فشار خون بالا آگاهی دارند اما با این حال ۲۵ تا ۳۵ درصد از بیماری‌های قلب توجیه نشده هستند. متخصصان معتقدند عوامل روانی در این موارد توجیه نشده نقش مهمی دارند. فشارهای روانی، عصبانیت و استرس‌های ناگهانی و تغییرات ناگهانی در زندگی مانند از دست دادن شغل می‌توانند در این قضیه تأثیر مهمی داشته باشند. محققان معتقدند برای کاهش این فشارها و نحوه پاسخ بدن به استرس می‌توان از روش‌های مختلفی مانند ورزش منظم، یوگا و تایچی استفاده کرد.



به کودک نگویید بشقابت را آینه کن

خیلی از ما عادت داریم تمام غذای داخل بشقابمان را بخوریم حتی اگر برایمان زیاد باشد. البته خیلی هم تقصیر نداریم چون از کودکی از والدین خود شنیده‌ایم که بچه خوب کسی است که غذایش را تا ته بخورد. حتی بعضی از والدین اصرار دارند که کودک بشقابش را مانند آینه برق بیندازد. غافل از اینکه این پیام نادرست می‌تواند ملکه ذهن کودک شده و در آینده از او یک فرد چاق بسازد.

ممکن است بگویید این حرفها دیگر قدیمی شده و هیچ والدینی چنین چیزی به فرزندشان نمی‌گویند اما بررسی محققان نشان داده که هنوز ۲ سوم از والدین از نوجوانشان

جفت نوزاد، اوتیسم را پیش‌بینی می‌کند

اغلب بیماریها هر چه زودتر تشخیص داده شوند، بهتر درمان می‌شوند، او تیسم هم از اختلالاتی است که اگر در سنین کمتر مشخص شود بهتر می‌توان به کودک و خانواده‌اش کمک کرد. البته هنوز روش تشخیص دقیقی برای تشخیص این بیماری از سنین نوزادی وجود ندارد اما محققان به تازگی روشی پیدا کرده‌اند که می‌تواند احتمال ابتلا به این اختلال را تا حد زیادی پیشگویی کند. این محققان معتقدند با بررسی جفت در حین تولد نوزاد می‌توان تا حد زیادی این بیماری را پیشگویی کرد.

البته اوتیسم تنها نیست گروهی از اختلالات تکاملی مغز که با مشکلات ارتباط اجتماعی همراهند به این نام خوانده می‌شوند. هر چه در مان این اختلالات

در سنین کمتری شروع شود پیامد بهتری دارد اما کودکان مبتلا معمولاً تا زمان بروز علائم رفتاری تشخیص داده نمی‌شوند. گاهی ۲-۳ سالگی و حتی گاهی هم دیر تر خانواده متوجه مشکل کودک می‌شوند و به پزشکان مراجعه می‌کنند. بنابر این اگر بتوان احتمال ابتلای کودکان را در سنین کمتر داد ممکن است بتوان با دقت بیشتری کودکان را تحت نظر داشت و زودتر علائم بیماری آنها را شناخته و مداخلات درمانی را هم زودتر شروع کرد.

جالب است بدانید محققان در این بررسی متوجه شدند جفت نوزادانی که بیشتر در معرض ابتلا هستند، دارای چینهای غیر طبیعی هستند که از رشد غیر طبیعی سلولهای تروفوبلاستی پدید آمده‌اند. همانطور که می‌دانید کار جفت در طول بارداری این است که ذخیره خون دارای اکسیژن و مواد مغذی را که از مادر به جنین می‌رسد از هم جدا می‌کند. در واقع جفت واسطه‌ای بین خون مادر و جنین است. در زمان زایمان جفت که به ناف جنین متصل است از رحم مادر خارج می‌شود.

محققان با بررسی جفت پس از به دنیا آمدن نوزاد متوجه شدند زایمانهای پرخطر ۸ برابر بیشتر احتمال دارد که دارای چینهای غیر طبیعی باشند. آنها متوجه شدند دارا بودن ۴ یا بیشتر از این چینها می‌تواند پیش‌بینی کند که کودک ۷۴ درصد احتمال دارد در معرض ابتلا به اوتیسم باشد. اما بقیه جفت‌ها کمتر از ۲ چین دارند. هنوز علت این ارتباط مشخص نشده اما به نظر می‌رسد رشد سلولهای غیر طبیعی در مغز این کودکان هم مانند جفتشان وجود دارد.

روشی تازه برای کم کردن وزن

تا به حال شده برچسب کالری روی مواد غذایی را بخوانید؟ اگر خوانده‌اید، آیا به علت بالا بودن کالری از آن خوراکی صرف‌نظر کرده‌اید؟ محققان معتقدند این برچسبهای کالری تأثیری بر تغییر عادت غذایی افراد ندارد و حتی با خواندن میزان کالری هم پرخورها از رو نمی‌روند و به خوردن ادامه می‌دهند. اما جالب این جاست که محققان متوجه روش تازه‌ای برای از رو بردن پر خورها پیدا کرده‌اند. آنها متوجه شدند اگر روی ماده خوراکی برچسبی باشد که نشان دهد چه مدت زمان برای سوزاندن کالسری موجود در آن وقت لازم است، آن وقت حتی اگر پر خورترین هم باشند کمتر از قبل می‌خورد. این محققان ۳۰۰ نفر ۱۸ تا ۳۰ ساله را مورد بررسی قرار دادند و در ۳ گروه با هم مقایسه کردند. گروهی که هیچ برچسب کالری نداشت، گروهی که برچسب کالری داشت و گروهی که برچسب زمان مورد نیاز برای سوختن کالری را داشت. پیاده روی تند ساده‌ترین ورزشی بود که در دسترس همه بود و به همین علت مدت پیاده‌روی تند برای سوختن کالری مصرفی را اندازه‌گیری کردند و معیار بررسی خود قرار دادند. مثلاً برای سوزاندن کالری یک چیزبرگر ۱۰۰ گرمی ۲ ساعت پیاده‌روی تند لازم است.

آنها متوجه شدند گروه سوم کمتر از بقیه غذا می‌خوردند و جالب این که گروه بدون برچسب و با بر چسب کالری تفاوتی در میزان کالری مصرفی‌شان وجود نداشت. این بررسی می‌تواند راهنمای خوبی برای کاهش وزن با روشهای تازه باشد.

درمانهای مکمل بر ضد فشار خون بالا



می‌شود. با این حال اغلب بیماران به این توصیه‌ها گوش نمی‌کنند و از زیر آن شانه خالی می‌کنند. اما لازم است بدانید ورزشهایی مانند ایروبیک و پیاده‌روی تند می‌توانند بیشترین تأثیر را در درمان فشارخون داشته باشند بنابر این آنها را دست کم نگیرید. در درجه بعد روشهایی مانند بیوفید بک و وزنه‌برداری و مدیتیشن و تنفس هماهنگ قرار می‌گیرند و می‌توانند فشار سیستولی را ۵ تا ۱۰ میلیمتر جیوه کم کنند. همانطور که می‌دانید فشار خون سیستولی بالای ۱۴۰ میلیمتر جیوه غیرطبیعی تلقی می‌شود. اگر شما هم مبتلا هستید، ورزش و مدیتیشن را هم امتحان کنید.

به کودک اجازه دهند تا جایی که دلش می‌خواهد بخورد. مسلماً او بهترین کسی است که می‌تواند میزان خوراکش را تنظیم کند.

محققان می‌گویند به تدریج با تشویق کودکان به تکیه بر نشانه‌های محیطی –مانند حجم غذای داخل بشقاب و یازمان غذا خوردن –کودکان کم‌کم توانایی تشخیص گرسنگی بر اساس نشانه‌های درونی خود را از دست می‌دهند و از آنجا که خوردن همه غذا و خوردن همه وعده‌های طول روز برایشان وظیفه می‌شود، احتمال اضافه شدن تدریجی وزن و چاقی آنها بیشتر می‌شود.



گاهی در سنین کمتری شروع شود پیامد بهتری دارد اما کودکان مبتلا معمولاً تا زمان بروز علائم رفتاری تشخیص داده نمی‌شوند. گاهی ۲-۳ سالگی و حتی گاهی هم دیر تر خانواده متوجه مشکل کودک می‌شوند و به پزشکان مراجعه می‌کنند. بنابر این اگر بتوان احتمال ابتلای کودکان را در سنین کمتر داد ممکن است بتوان با دقت بیشتری کودکان را تحت نظر داشت و زودتر علائم بیماری آنها را شناخته و مداخلات درمانی را هم زودتر شروع کرد.

جالب است بدانید محققان در این بررسی متوجه شدند جفت نوزادانی که بیشتر در معرض ابتلا هستند، دارای چینهای غیر طبیعی هستند که از رشد غیر طبیعی سلولهای تروفوبلاستی پدید آمده‌اند. همانطور که می‌دانید کار جفت در طول بارداری این است که ذخیره خون دارای اکسیژن و مواد مغذی را که از مادر به جنین می‌رسد از هم جدا می‌کند. در واقع جفت واسطه‌ای بین خون مادر و جنین است. در زمان زایمان جفت که به ناف جنین متصل است از رحم مادر خارج می‌شود.

محققان با بررسی جفت پس از به دنیا آمدن نوزاد متوجه شدند زایمانهای پرخطر ۸ برابر بیشتر احتمال دارد که دارای چینهای غیر طبیعی باشند. آنها متوجه شدند دارا بودن ۴ یا بیشتر از این چینها می‌تواند پیش‌بینی کند که کودک ۷۴ درصد احتمال دارد در معرض ابتلا به اوتیسم باشد. اما بقیه جفت‌ها کمتر از ۲ چین دارند. هنوز علت این ارتباط مشخص نشده اما به نظر می‌رسد رشد سلولهای غیر طبیعی در مغز این کودکان هم مانند جفتشان وجود دارد.

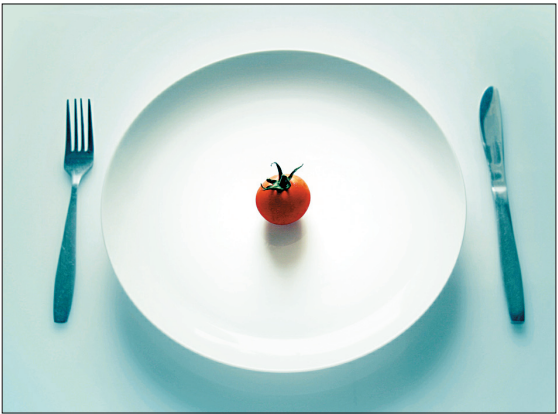


گروهی که هیچ برچسب کالری نداشت، گروهی که برچسب کالری داشت و گروهی که برچسب زمان مورد نیاز برای سوختن کالری را داشت. پیاده روی تند ساده‌ترین ورزشی بود که در دسترس همه بود و به همین علت مدت پیاده‌روی تند برای سوختن کالری مصرفی را اندازه‌گیری کردند و معیار بررسی خود قرار دادند. مثلاً برای سوزاندن کالری یک چیزبرگر ۱۰۰ گرمی ۲ ساعت پیاده‌روی تند لازم است.

آنها متوجه شدند گروه سوم کمتر از بقیه غذا می‌خوردند و جالب این که گروه بدون برچسب و با بر چسب کالری تفاوتی در میزان کالری مصرفی‌شان وجود نداشت. این بررسی می‌تواند راهنمای خوبی برای کاهش وزن با روشهای تازه باشد.

اگر شما هم به فشارخون بالا دچار هستید و می‌خواهید بهتر بتوانید آن را کنترل کنید می‌توانید در کنار درمانهای معمول و مصرف داروهای تجویز شده از روشهای طب مکمل هم بهره بگیرید. محققان اعلام کرده‌اند روشهای دیگری مانند مدیتیشن، بیوفیدبک و تنفس هدایت شده می‌تواند در بعضی افراد به کنترل فشارخون کمک کند. اگرچه این روشها به تنهایی ممکن است کافی نباشند اما در کنار درمان‌های دارویی می‌توانند موثر باشند و البته چیزی که مسلم شده این است که ضرری برای بیمار ندارند. همانطور که می‌دانید در دمان فشار خون بالا، کاهش وزن، رژیم غذایی و ورزش و محدودیت مصرف نمک توصیه

می‌شود. با این حال اغلب بیماران به این توصیه‌ها گوش نمی‌کنند و از زیر آن شانه خالی می‌کنند. اما لازم است بدانید ورزشهایی مانند ایروبیک و پیاده‌روی تند می‌توانند بیشترین تأثیر را در درمان فشارخون داشته باشند بنابر این آنها را دست کم نگیرید. در درجه بعد روشهایی مانند بیوفید بک و وزنه‌برداری و مدیتیشن و تنفس هماهنگ قرار می‌گیرند و می‌توانند فشار سیستولی را ۵ تا ۱۰ میلیمتر جیوه کم کنند. همانطور که می‌دانید فشار خون سیستولی بالای ۱۴۰ میلیمتر جیوه غیرطبیعی تلقی می‌شود. اگر شما هم مبتلا هستید، ورزش و مدیتیشن را هم امتحان کنید.



● **مهشید چایچی**

بعضی از همسران انتظار دارند در همه موارد با همسرشان توافق داشته باشند، غافل از اینکه هیچ زن و مردی یا نه بهتر است بگویم هیچ دو نفری نمی توانند در تمام موارد واقعاً با هم توافق داشته باشند. حتی ممکن است جوراب‌های بد بو و یا نحوه مسواک زدن همسران شما را دیوانه کند. گاهی حتی بر سر اینکه پنجره باز باشد یا بسته اختلاف نظر جدی وجود دارد که ممکن است همسران را با هم به دعوا بیندازد. اما نکته اینجاست که در زندگی با کسی که دوستش دارید اما نمی توانید بعضی عادت‌ها و تفکراتش را بپذیرید چه باید بکنید؟ در این مقاله می‌خواهیم شما را با راههای سازگاری با همسر آشنا بکنیم:

وقتی دو نفر تصمیم به ازدواج می‌گیرند، می‌دانند که دارند یک زندگی مشترک را شروع می‌کنند و زندگی مشترک را با کسی آغاز می‌کنند که در فضا و خانواده دیگری بزرگ شده و ممکن است عادت‌ها و خصوصیات متفاوتی نسبت به او داشته باشد. البته همین دو نفر سعی می‌کنند کسی را برای زندگی مشترکشان انتخاب کنند که در اصول و پایه‌های تفکر و اعتقادات با هم مشترک باشند. زیرا اگر غیر از این باشد واقعاً زندگی مشترک تبدیل به یک میدان جنگ بزرگ بین دو طرف خواهد شد. متخصصان هم معتقدند اگر می‌خواهید زندگی شادی داشته باشید، در امور کم اهمیت و کوچک با هم کنار بیایید و رسیدن به توافق را برای امور مهم و اساسی مد نظر داشته باشید. اگر همسران کفشهایش را در جا کفشی نمی‌گذار، هر روز در این باره با هم بحث نکنید و سعی نکنید او را قانع کنید که اشتباه می‌کند، ممکن است حتی خودش هم بداند که این عادت بدی است اما خوب تغییر این عادت کار سختی است بنابراین در این باره یک دعوای همه روزه راه نیندازید و بگذارید کم‌کم این عادت تغییر کند. روانشناس می‌گویند تفاوت‌های آشتی‌ناپذیر طبیعی هستند و شما تنها باید به جای اینکه سعی کنید این تفاوت‌های غیرقابل حل را از بین ببرید، با آنها کنار بیایید.

با احترام گوش کنید

بعضی از روانشناسان تأکید می‌کنند که بهترین روش برای همسران گوش دادن فعال است. در این روش نقل، ارزشگذاری و تصدیق همسر در حین گوش دادن لازم است. این روش کمک می‌کند که بتوانید بعضی از اختلافات را با روشی بی‌خطر پشت سر بگذارید.

در یک ازدواج شاد، بخشش رو به دیگری سرازیر می‌شود. یک زندگی مشترک وقتی به خوشبختی زینت داده می‌شود که دوستی عمیق و احترام متقابل بین همسران وجود داشته باشد. در ضمن هر دو بدانند که چه زمانی می‌توانند برای رسیدن به توافق بر سر یک موضوع با هم بحث کنند تا این گفتگو ثمر بخش باشد و اگر این اختلافشان غیرقابل حل است، چگونه از آن چشم‌پوشی کنند.

از کجا بدانیم؟

ممکن است از خودتان پرسید از کجا بدانیم که می‌توانیم یک اختلاف را حل کنیم و یا اینکه ین موضوع را باید چشم‌پوشی کنیم. روانشناسان می‌گویند اگر شما هنگام انتخاب همسر درباره اصول اعتقادی و پایه‌های یک زندگی مشترک توافق کرده باشید، تنها امور کوچک و کم‌اهمیت‌تر باقی می‌مانند که می‌توانید آنها را نادیده بگیرید. سعی کنید با مشترکات زندگی‌تان را ادامه دهید و به اختلافات توجهی نکنید. چون امکان دارد تنها کاری که می‌کنید هدر دادن انرژی شما بوده و شما را

توصیه‌ها

دوستی برای یک عمر

برای یک زندگی پایدار هیچ چیز به اندازه رفاقت و دوستی زن و شوهر حیاتی نیست. دوستی به معنی سهم شدن در علایق و افکار همدیگر است. این که شما و همسرتان مدت زمانی را صرف فعالیت‌های مشترک، برنامه ریزی برای اهداف مشترک و تلاش برای رسیدن به آنها کنید تا یک پیوند زناشویی به تاثیرگذاری حداکثر خود برسد. در کنار این‌ها، داشتن علایق مشترک می‌تواند باعث نزدیکی هر چه بیشتر شما و همسرتان شود. زن و شوهرهایی که علایق مشترکی دارند، موضوعات

بیشتری برای صحبت پیدا می‌کنند و بهانه‌های بیشتری برای با هم بودن دارند اما در مقابل، وقتی زن و شوهر در چیزی غیر از خانه و بچه‌ها با هم مشترک نیستند، گفتگوهایشان خیلی سریع روی مشکلات متمرکز می‌شود. پدر و مادرهایی که علایق و سرگرمی‌های مشترک دارند، گفتگوهای شاد و دلپذیری برای شنیدن بچه‌هایشان دارند و بچه‌های آنها یاد می‌گیرند ازدواج یعنی دوستی. همسران خیلی وقت‌ها بدون این که بخواهند، یکدیگر را ناامید یا اذیت می‌کنند. زن و شوهرهایی که قادرند وقتی گفتگویی پیش می‌آید، با هم صحبت کنند و خشمشان را تخلیه کنند، از امتیاز بی‌ظییری در زندگی‌شان برخوردارند. دانستن اینکه چگونه گذشت کنیم، توانایی در اعتماد کردن به یکدیگر است و باور به اینکه خوبی احیا شدنی است. این تنها در صورتی روی می‌دهد که طرفی که آزرده شده بتواند آزرده‌گی اش را با طرف مقابل مطرح کند که او هم باید به تبع آن، مسئولیت ایجاد این ناراحتی را بر عهده بگیرد. توانایی همکاری کردن برای حل مسائل و باز گرداندن صمیمیت به رابطه، به خوبی فرصت پیروزی در زندگی زناشویی را به ما می‌دهد.

روانشناسی همسران

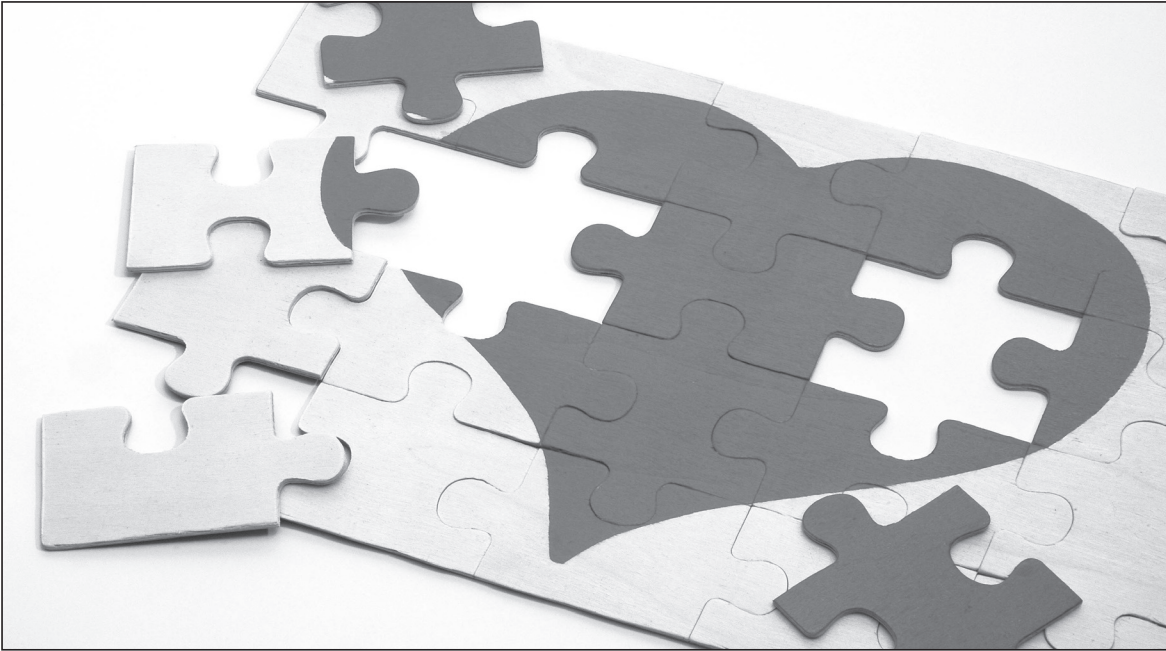
خوب بودن روابط در شرایط عادی شاید کار آسانی باشد اما معمولاً حفظ این رابطه در زمانی که حرارت بالا رفته و شما عصبانی هستید مشکل می‌شود. مثلاً وقتی که برای سسی‌امین بار می‌بینید که همسرتان بدون اینکه از شما پرسد کاغذ‌های انباشته شده روی میز را مرتب کرده و بعضی‌ها را هم دور ریخته! یا اینکه وقتی می‌بینید همسرتان با دم‌پایی روی فرش‌ی به حیاط رفته و بعد روی فرش آمده، ممکن است خونتان به جوش بیاید و

جلوی انتشار خشم را به طرف مقابل بگیرید. در هر حال این کاری است که در زندگی مشترک لازم است صورت بگیرد تا روابط بین زوجین حالت خصمانه نگیرد.

احترام را فراموش نکنید

تحقیقات نشان داده در خانواده‌هایی که احساس رضایت و شادی وجود دارد، در روابط همسران، احساسات مثبت زیاد رد و بدل می‌شود. این احساسات مثبت می‌تواند با احترام در کلام، با

سازگاری کامل، آرزویی غیر ممکن



ابراز محبت و مهربانی و حتی با همدردی و بیان مشکلات به دست بیاید.

اغلب اختلافات همسران غیرقابل حل هستند. زیرا موضوعات آنها اغلب بچه‌ها و نحوه برخورد بافامیل همسر هستند. البته نمی‌خواهیم بگوییم از ایجاد تغییر در رفتار هم دیگر دلسرد باشید اما لازم است بپذیرید که شما با یک شخص مستقل بایدگاه‌های متفاوت ازدواج کرده‌اید و نباید او را به خاطر این تفاوت متهم و یا سرزنش کنید. بلکه لازم است یک بحث منطقی و بدون خشم را برگزار کنید تا به نتیجه برسید. در چنین گفتگویی احترام به یکدیگر اساسی‌ترین بخش است که اگر فراموش شود، کل هدف شما از بحث که رسیدن به توافق است را تحت تأثیر قرار می‌دهد و چه بسا

برایتان سخت باشد که در آن لحظه خوبیهایش را به یاد بیاورید!

در این لحظه تنها کاری که باید بکنید این است که چند شماره در دلتان بشمارید تا کمی آرام شوید و حرفتان را که در گلو گیر کرده و می‌خواهد با داد و بیداد خارج شود با لحنی ملایم بگویید. یادتان باشد در این لحظات احترام همسرتان را نگه دارید و در کلامتان از مرز ادب خارج نشوید. مسلماً وقتی عصبانیت شما فرو بنشیند به یاد هزاران صفت خوب همسرتان می‌افتید و از اینکه با او بد حرف زده‌اید پشیمان خواهید شد. پس چه بهتر که از پشیمانی پیشگیری کنید. در یک ازدواج موفق همیشه همسران به روش خود در حال ترمیم روابط خود هستند، بعضی از آنها با طنز و... سعی می‌کنند

بگویند من واقعاً از اینکه لباسهایت را روی زمین ریخته می‌بینم ناراحت و آزرده می‌شوم.

۵) اگر احساس کردید بحثتان نتیجه‌ای نمی‌دهد و کم‌کم دارد فشار خونتان بالا می‌رود، از همسرتان بخواهید که یک تنفس چند دقیقه‌ای بدهد. البته این تنفس طولانی و ساعتی نباشد بهتر است.

۶) بحث را به ساعات آخر شب نیندازید. این زمان معمولاً وقتی است که هر دو خسته و خواب آلود هستید و بچه‌ها هم ممکن است به خاطر بحث شماها از خواب و خوراک بیفتند. در ضمن زمانی که همسرتان باید کاری را تا فردا تحویل بدهد و یا فرزندان امتحان دارد، زمان خوبی برای بحث و حل اختلاف نیست. این هنر شماس‌ت که زمان مناسب را پیدا کنید.

۷) اگر واقعاً زندگی‌تان را دوست دارید، از دیدگاه همسرتان

شنبه ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۲ - شماره ۲۵۵۸۲

وارونه می‌کند.

لازم است بدانید متخصصان می‌گویند مردانی که با همسرشان روابط خوبی دارند در حین گفتگو واکنش هیجانی و احساسی نشان نمی‌دهند ولی اگر روابطشان خوب نباشد بیشتر سعی می‌کنند از بحث فرار کنند. ممکن است از اتاق بیرون بروند و یا یا به جای دیگری نگاه کنند و حتی بحث را قطع کنند. زنان هم در یک رابطه نامناسب معمولاً تنها بر نقطه نظر خود تأکید کرده و آن را تثبیت شده می‌انگارند و در پایان احساس خشم و تحقیر بیشتری دارند. یادتان باشد چیزی که اهمیت دارد، نحوه برخورد شما در دراز مدت است. در ازدواج‌های موفق همسران سعی می‌کنند احترام متقابل و درک یکدیگر را همچنان ادامه دهند، حتی در زمان بحث بر سر اختلافات و در حین خشم، تا بتوانند زندگی بهتری در کنار هم داشته باشند.

بعضی از آزمون‌های روانشناسی مانند تست شخصیت مایر-بریگر می‌تواند به همسران کمک کند تا بدانند شخصیتشان از نوع احساسی است یا منطقی و آیا قاطع هستند یا قابل انعطاف! این روش‌ها می‌توانند به شما شناختی از خودتان بدهند و در روابطتان بیشتر به شما کمک کنند. البته لازم به ذکر است که هیچ کس یک بعدی نیست و همه افراد در درون خود هم احساس دارند و هم منطقی و تا حدی قابلیت انعطاف دارند اما این آزمون‌ها نشان می‌دهد که کدام بخش از وجود شما بارزتر است و در روابطتان خودش را بیشتر نشان می‌دهد.

خودتان را جای او بگذارید

بهترین کار برای درک همسرتان این است که خودتان را جای او بگذارید و از دید او به مسأله نگاه کنید. وقتی این گونه به قضیه نگاه کنید متوجه می‌شوید که همسرتان با نیت خیر و کمک به شما میز کارتان را مرتب کرده و اگر هم باعث دردسر شما شده قصد بدی نداشته است. همینطور متوجه می‌شوید که شوهرتان وقتی برای کاری با عجله به حیاط رفته فراموش کرده دم‌پایی خود را عوض کند و البته قصد نداشته فرشی را که تازه شسته شده بود کثیف کند.

یادتان باشد اگر بخواهید و واقعاً بخواهید می‌توانید اشتباهات همسرتان را درک کنید و به خاطر یک مسأله کم‌اهمیت، روابطتان را خراب نکنید.

یکی از حقه‌های حل اختلافات این است که به جای اینکه رودر رو مشکل را بیان کنید، آنها را تلفنی مطرح کنید. این کار باعث می‌شود پیام‌های منفی که بدون کلام منتقل می‌شود، از بین برود و تنها مثبت‌ها بماند. مثلاً همسر شما نخواهد دید که وقتی از یک رفتار شما دلخورانه صحبت می‌کند، شما به سبف اتاق نگاه می‌کنید و یا با ناخنهایتان ور می‌روید.

هم به قضیه نگاه کنید و یک طرفه به قاضی نروید.

۸) به حرف‌های همسرتان خوب گوش کنید و سعی نکنید بهانه بیاورید و یا رفتارتان را توجیه کنید. به او نشان دهید که برایتان اهمیت دارد و می‌خواهید کاری کنید تا او خوشحال شود. به او اطمینان بدهید که سعی خودتان را برای تغییر خواهید کرد.

۹) اگر از رفتار همسرتان احساس می‌کنید در حین بحث به شما بی‌ی توجهی می‌کند و مثلاً با نگاه به جای دیگری از جدی گرفتن بحث خودداری می‌کند، سعی کنید حرف خود را تلفنی با او مطرح کنید.

۱۰) اگر تلاش‌هایتان برای سازگاری و حل اختلافات نتیجه نداد حتماً با روانشناس مشورت کنید. مسلماً متخصصان می‌توانند روش‌های کاربردی خوبی پیش پای شما بگذارند.

...همسران و یافته‌ها

طلاق، جان بچه‌هایتان را می‌گیرد

امکان بروز سکنه مغزی در مردانی که طلاق والدین را تجربه کرده‌اند بیشتر است. محققان دانشگاه تورنتو با انجام مطالعات خود دریافته‌ند که مردان بزرگسال که قبل از ۱۸ سالگی در معرض طلاق والدین خود بوده‌اند تا ۳ برابر مردان دیگر ممکن است به معرض خطر ابتلا به سکنه مغزی قرار گیرند.

نتایج حاصل از این گزارش حاکی از آن است که خطر ابتلاء به سکنه مغزی در مردانی که والدینشان از هم جدا شده‌اند پس از تعدیل عوامل شناخته شده ابتلاء به سکنه مغزی مانند سن، جنس، در آمد و رفتارهای بهداشتی بزرگسالان مانند سیگار کشیدن، ورزش، چاقی و سلامت روان، هنوز هم با افزایش خطر ۳ برابری بروز سکنه مغزی همراه بوده است.براساس این گزارش محققان افزودند که با اطمینان نمی‌توان گفت که چرا مردان از خانواده‌های طلاق گرفته نسبت به مردان از خانواده‌های سالم بیشتر در معرض این خطر هستند اما یک احتمال در تنظیمات بدن از افزایش کورتیزول، هورمون مرتبط با استرس با افزایش خطر وقوع سکنه مغزی نهفته است. نتایج دیگر این مطالعه می‌افزاید که میزان افزایش سکنه مغزی در این مردان ممکن است به یک فرآیند شناخته شده به عنوان تعبیه بیولوژیکی مرتبط باشد و قرار گرفتن در معرض استرس ناشی از طلاق والدین ممکن است سبب ایجاد یک عواقب بیولوژیکی شود که این تغییر راه می‌تواند باعث شود بچه‌ها برای بقیه عمر خود به استرس واکنش نشان دهند. به گفته محققان بر اساس این مطالعه سیاست گذاری‌های بهداشت حرفه‌ای شامل اطلاعات از طلاق والدین و هدف قرار دادن آموزش‌های پیشگیری‌کننده از بروز سکنه مغزی می‌تواند در بهبود این وضعیت موثر باشد.



● ریحانه دوستدار

به گذشته برگردید. روزهایی را به یاد بیاورید که پدر و مادرهای دیگر را قضاوت می کردید. همان وقتی که اگر یک مادر کلافه و خسته را با موهای نامرتبش می دیدید، در صندلی قضاوت می نشستید و می گفتید «این چطور مادری است؟» یا خودتان می گفتید «من هیچ وقت سر پسر کوچکم داد نمی زرم و با اجازه نمی دهم نوشابه بخورد. نه من هرگز به این شیوه کودکم را تربیت نمی کنم.»

زمان گذشته است! اکنون پدر یا مادر شده اید. شما تمام تلاشتان را می کنید تا شیوه های کهنه و اشتباه را به کار نبرید. هر روز می توانید مطالب زیادی درباره فرزندپروری بخوانید و نکات مهم در پرورش یک کودک سالم را رعایت کنید. اما ممکن است با وجود علم به بسیاری از نکات تربیتی باز هم به همان شیوه سنتی عمل کنید و یا در برابر بعضی از رفتارهای کودک واکنش هایی ناشیانه و سهل انگارانه ای داشته باشید.

پدر و مادرهای زیادی هستند که سوگند خورده اند تا شیوه های غلط را به کار نبرند اما ناخودآگاه و بدون توجه به شرایط و یا گیر افتادن در موقعیت های خاص سوگندشان را فراموش می کنند. آیا شما هم به خودتان قول داده بودید که این قوانین را نقض نکنید؟

خواباندن بچه در اتاق پدر و مادر؟ هرگز!

آیا شما هم در دوران بارداری به این تصمیم قاطع رسیده بودید که اتاق بچه را از همان ابتدای تولد جدا کنید و سختی های شیردهی و بیداری های شبانه را تحمل کنید تا کودک به اتاق خواب خودش عادت کند؟ آیا توانسته اید این شیوه را عملی کنید و یا مانند بسیاری از مادر و پدرها نیمه های شب وقتی گنج خواب و کلافه هستید کودک را بغل کرده اید و به اتاق خواب خودتان برده اید؟ بیشتر والدین تسلیم این موقعیت می شوند و تا چند سال بعد تلاش می کنند تا به کودکان یاد بدهند در تخت خواب خودش بخوابد.

ایده های تربیت بسیار خوبی برای کودکان وجود دارند اما وقتی پدرومادر می شوید مثل دانش آموزی هستید که باید چیزهای تازه تری بیاموزید. نکته های ظریف تربیتی فقط وقتی به کار می آیند که شما دقیقاً در موقعیت های مشابه آن قرار گرفته باشید. مثلاً در مورد شیوه های خواب کودکان ایده ها و پیشنهادات متفاوتی و جود دارند. کودک

وقتی برای اولین بار کودک را در خانه تنها می گذارید، برای مدت کوتاهی خانه را ترک کنید و حوالی خانه باشید: سن مناسب: ۱۰ سالگی پایین ترین سنی است که شما مجاز هستید کودک را در خانه تنها بگذارید. بعضی از والدین کمی سهل انگاری می کنند و کودک کم سن را تنها در خانه می گذارند و برای مدتی از خانه خارج می شوند. این یک اشتباه بزرگ است که می تواند نتایج تأسف انگیزی به بار بیاورد. پس خیلی شجاع نباشید و روی فهم و درک کودک ۶ ساله تان زیاد حساب نکنید.

کودکان زیر سن ده سال نمی توانند در موقعیت های پیش بینی نشده و حوادث تصمیم بگیرند. اگر برق ها خاموش شوند، غریبه ای با خانه تماس بگیرد، کسی در خانه را بزند، کودک گرسنه شود او نمی داند چه رفتاری داشته باشد. هر چقدر هم که به او آموزش داده باشید و به نظر شما او به درک و رشد کافی رسیده باشد در عمل او قادر نیست توصیه های شمارا عملی کند. علاوه بر این او می تواند خودش را به دردرس بیندازد. ممکن است گاز را خاموش کرده باشید و در خانه را قفل کنید اما هنوز هم راه های خط باز هستند. او ممکن است در حمام یا دستشویی خودش را به دردرس

... بچه ها و پلنگه ها

چند درصد هوش کودکان ارثی است؟

هوش ارثی است یا اکتسابی؟ فکر می کنید باید بچه ها را با غذاهای خاص و کلاس های آموزشی و روش های پیشرفته باهوش کنید یا به جای این همه دردسر، قانع شوید که برآیند هوش شما و همسر تان در فرزندتان متجلی شده است؟ پژوهشگران استرالیایی با بررسی ژنتیکی ۱۸ هزار کودک دریافته اند که طیف خاصی از ژن های والدین بر میزان بهره هوشی فرزندان تأثیر می گذارند. در تحقیقات قبلی عنوان شده بود که بین ۴۰ تا ۵۰ درصد هوش کودکان وابسته به عوامل ژنتیکی مختلف

است، اما مطالعه صورت گرفته توسط پژوهشگران دانشگاه کوئینزلند این میزان را بین ۲۰ تا ۴۰ درصد اعلام می کند. در این مطالعه تأثیرات محیطی رشد به صورت کاملاً جدا سازی شده و تنها عوامل ژنتیکی مورد ارزیابی قرار گرفته اند. پژوهشگران با آنالیز DNA و انجام تست هوشبهر (IQ) از ۱۸ هزار کودک خردسال از چهار کشور جهان دریافته اند، گروه خاصی از ژن های والدین در میزان بهره هوشی کودکان تأثیر مستقیم دارند. دکتر «بنیامین» از محققان دانشگاه کوئینزلند می گوید: نتایج به دست آمده در این پژوهش کمتر از تحقیقات قبلی است، اما نشان می دهد که هوش کودکان یک مقوله ژنتیکی بوده و در ارتباط مستقیم با DNA والدین است. این مطالعه گسترده ترین تحقیقات ژنتیکی محسوب می شود که با استفاده از داده های ژنتیک و انجام تست های هوشبهر (IQ) در جهان انجام شده و به محققان در درک بهتر ناتوانی ذهنی کودکان کمک خواهد کرد. روانشناسان هوش را توانایی یادگیری، تطبیق دادن خود با محیط و توانایی تفکر انتزاعی تعریف می کنند و معتقدند آموزش و شرایط محیطی می تواند به شکوفا شدن حداکثر ظرفیت هوشی یک فرد کمک کند.

شما نیز انسان منحصر به فردی است. ممکن است کودکان با کمی نوازش و یک بوسه به خواب برود. ممکن است تمام شب را بدون اینکه حتی یک بار بیدار شود تا صبح بخوابد. ممکن است امنیت روانی کودکان با به آغوش گرفتن یک خرس عروسکی یا روشن کردن یک چراغ خواب تأمین شود. شاید دختر تان کمی حساس تر از کودکان دیگر باشد و یا به خاطر یک اتفاق نامنتظره دچار اضطراب باشد. اگر در هر یک از این شرایط متفاوت قرار بگیرید دیگر نمی توانید از یک قانون کلی مثل اینکه «کودک باید در اتاق خودش بخوابد» پیروی کنید.

اکنون که پدر یا مادر شده اید بهتر درک می کنید



که قانون های کلی و روش های ایده آل تربیتی باید با شرایط شما و فرزندتان سازگار باشند. یادتان باشد اگر کودکان مشکلاتی در مورد خواب دارد باید شیوه های متفاوت را امتحان کنید تا بتوانید روش مناسب را پیدا کنید.

هرگز به بچه فست فود و چیس و پنک نمی دهم!

روزی را به یاد بیاورید که با همسر تان در یک رستوران کودکی را مشغول خوردن همبرگر و نوشابه دیدید و تعجب کردید که پدر و مادرها چطور می توانند به کودک دو ساله نوشابه بدهند و گفتید «من هیچ وقت به بچه ام نوشابه نمی دهم.» اما حالا که به رستوران می روید کودکان با اصرار

۵ کاری که تصور نمی کردید بعد از بچه دار شدن انجام بدهید

خط قرمزهای شکستنی

زیاد از شما نوشابه می خواد و یا در مغازه شما را با گفتن «من پنک می خوام کلافه می کند.» آیا این مشکل شماست که نتوانسته اید او را از خوردنی های بی فایده و مضر دور کنید؟ آیا اگر در دو سالگی برای کودک پنک نخریدید در ۱۰ سالگی هم اینقدر کنترل برای خوردنی ها دارید؟

تغذیه کودک با غذای سالم خانگی وظیفه شما است اما آیا روزی که خسته از کار به خانه می آید، فرصت کمی دارید و یا به هر دلیلی مشکلی داشتید و نتوانستید غذای خانگی تهیه کنید و مجبور باشید از یک رستوران غذا بخرید باید دچار عذاب وجدان شوید؟ بچه ها عاشق غذاهای فست فودی و خوراکی های خوش طعمی مثل چیپس و پنک هستند. شما تا مدتی می توانید برای خوردن این نوع خوراکی ها محدودیت ایجاد کنید و به کودک بفهمانید ارزش غذایی این نوع مواد بسیار پایین است. علاقه به نمک، شکلات و نوشیدنی های قندی را فقط می توانید با محدودیت و تغییر ذائقه در کودکان کم کنید.

به کودک اجازه بدهید در رستوران نوشابه مورد علاقه اش را سفارش بدهد اما شما نباید هر روز به درخواست کودک برای خوردن آب میوه ها و نوشابه های مضر پاسخ بدهید. اگر نمی خواهید پدر و مادری سهل انگار باشید فقط با شیوه درست زندگی می توانید به هدفتان برسید. کودک را به میوه و سبزی های تازه علاقمند کنید. غذاهایی خلاقانه و متفاوت و متنوع درست کنید. مطمئن باشید که ذائقه کودکان به سمت غذاهای سالم تغییر می کند.

تماشای تلویزیون؟ هرگز!

همیشه به دوستان که اجازه می داد تا کودکانش چند ساعت پای تلویزیون بنشینند انتقاد می کردید و از مضرات تماشای تلویزیون برای کودکان گفته اید. اما اکنون وقتی کودک خودتان مدام غر می زند که «با من بازی کن» و شما یا کار دارید یا خسته هستید و یا نمی توانید یا به پای او ساعت ها بازی کنید ناچار می شوید به کودک پیشنهاد بدهید تا کارتون تماشا کند، فیلم ببیند و یا پرود سراغ بازی های کامپیو تری اش!

شما خیلی خوب آسیب های رسانه ها و تکنولوژی ها را می شناسید اما مجبور می شوید برای سرگرم شدن کودک از همین ابزارها استفاده کنید.

بازی با کودکان بسیار جالب و سرگرم کننده است. اما شما نیز محدودیت های زمانی برای رسیدگی به همه امور زندگی تان دارید. در این شرایط چه باید بکنید. تنها راه این است که از راهکارهای پیشنهادی برای برنامه ریزی و سرگرم کردن بچه ها استفاده کنید. شاید نتوانید تمام راهکارها را با همان شیوه های پیشنهادی به کار ببندید. مثلاً نتوانید برای کتاب خواندن، بازی کردن، پارک رفتن برنامه ریزی دقیق داشته باشید. اما باید طوری برنامه ریزی کنید که تماشای بیش از اندازه تلویزیون را محدود کنید. اجازه ندهید در این پروژه شکست بخورید. قانون بگذارید و تا آنجا که می توانید جلوی قانون شکنی ها را بگیرید.

آرامش را از دست بدهم؟ هرگز!

آیا برای شما پیش آمده بود که صدای بلند همسایه را بشنوید که بر سر کودک ۳ ساله اش داد می زند یا تهدیدش می کند؟ لابد می گفتید «چطور ممکن است مادر یا پدری سر یک بچه کوچک و مظلوم فریاد بزند.» اما حالا کودکان یک خرابکاری بزرگ به راه می اندازد. گوشی تلفتتان را می سوزاند یا یک وسیله ارزشمند را خراب می کند. خیلی طبیعی است که یک داد بزنید و او را به خاطر کارش توبیخ کنید. آیا شما پدر و مادر بدی هستید؟ آیا واکنش شما به این معنی است که شما رفتار مناسب با کودک را نمی دانید؟

قضاوت دیگران کار آسانی است. خیلی راحت است که بگوییم فلانی پدر بد اخلاق یا عصبی ای است. به جز افرادی که شیوه های تربیتی را نمی دانند و خودشان شخصیت های بیماری هستند بیشتر پدرومادرها در برابر بعضی از کارهای ناشیانه اما خطرناک کودک ممکن است داد بزنند و تهدیدش کنند. آنچه مهم است شدت و نوع توبیخ کودک است. کافی است اگر یک بار در برابر نادانی و ناشی گری کودکان دعوایش کردید بعد از اینکه همگی آرام شدید با هم حرف بزنید و از کودک عذر خواهی کنید.

دیگران را قضاوت نکنید و نگران نباشید که آنها نیز درباره شیوه های تربیتی شما که گاهی ممکن است غیر اصولی باشند چه فکری می کنند. شما فقط باید یک هدف درست داشته باشید؛ تلاش برای تربیت فرزندی سالم. اشتباهات کوچک جبران پذیرند!

شماره ضروری را بلد باشد.

کودک را آزمایش کنید:

اگر می خواهید از توانایی کودکان مطمئن شوید از او

این امتحان ساده را بگیرید:

–وقتی ناگهان زنگ در خانه را می زند تو چه کار می کنی؟

۱–بی توجه به سراغ کار خودت می روی و بازی می کنی.

۲–پشت در می مانی و می پرسی که چه کسی است اما در را باز نمی کنی.

۳–خودت را پشت مبل قایم می کنی.

۴–از چشمی در نگاه می کنی اما در را باز نمی کنی.

پاسخ شماره ۴ است.

تلفن زنگ می زند، چه جوابی می دهی؟

–الو سلام

–مامانت خونه است؟

–نه اون....

۱–او بیرونه و چند ساعت دیگه خونه میاد.

۲–کار داره و نمی تونه جواب شما رو بده.

۳–خونه نیست. می تومن پیغامتون رو بهش بدم؟

جواب درست ۲ است.

... اشتباهات رایج

لجبازی کودکان را بیذیرید!

تعجب کردید؟ قبل از این که از این تیر تیر عصبانی شوید تا انتهای

مطلب را بخوانید. قطعاً هیچ کس تحمل بچه ای لجباز و یک دنده را ندارد. اما واقعیت این است که لجبازی جزو مراحل طبیعی رشد کودک است و استثنا برادر هم نیست. برخی اوقات از والدین می شنویم که «این بچه نیم وجبی داره تو روی من می ایسته!» این ایستادگی در مقابل والدین نیست و تا ۶ یا ۷ سالگی ادامه دارد و کم کم به مرحله نهفتگی وارد می شود. به طور کلی کودکان از صفر تا ۲ سالگی به شدت به ما وابسته اند. از ۲ تا ۳ سالگی آغاز لجبازی و منفی کاری است. آنها می خواهند خود را ثابت کنند و به استقلال برسند و همین را والدین لجبازی می نامند. در حالی که این گونه رفتارها لجبازی نبوده بلکه نوعی منفی کاری برای اثبات وجود و به دست آوردن استقلال است.

همه کودکان کارهایی را انجام می دهند که از آن منع شده اند. در این صورت عده ای از والدین یا با تنبیه کلامی یا بدنی با فرزند مقابله می کنند. گروهی هم تلاش می کنند با دلیل و برهان خطای کودک را به او گوشزد کنند. برخی هم چشم پوشی می کنند و بی تفاوتند و در واقع نمی دانند چه واکنشی باید نشان دهند. اما انضباط خشک و خشن و بی رحمانه قابل پذیرش نیست بلکه رفتار والدین باید قاطع، محکم و توام با محبت باشد. به گونه ای که کودک بدون تنبیه خود را ملزم به رعایت قوانین کند و این اطاعت زمانی به بهترین نحوه عمل می کند که کودکان احساس مسئولیت کنند و با این احساس از کاری که منع شان می کنیم صرف نظر کنند.



چهل سال پیش...

تمامی مطالب از روزنامه اطلاعات روز پنجشنبه ۱۳ اردیبهشت ۱۳۵۲، (برابر ۲۹ ربیع الاول ۱۳۹۳، ۳۰ می ۱۹۷۳) نقل شده است

لوله کشی گاز در تهران

لوله کشی گاز نازی آباد، کوی نهم آباد، کارخانه برق آلتستوم تا دو ماه دیگر آغاز خواهد شد.

بر اساس برنامه تدوینی، شرکت ملی گاز لوله کشی گاز برای مصارف خانگی تهران را در سال جاری بصورت محدود شروع خواهد کرد این برنامه ابتدا در جنوب و بعد در شمال تهران عملی خواهد شد. در حال حاضر تنها منطقه «تهرانسر» واقع در شمال غربی فرودگاه مهرآباداز گاز خانگی استفاده میکند.

کارهای لوله کشی گاز این منطقه صد در صد به پایان رسیده است لوله کشی نازی آباد و کوی نهم آباد که از مناطق پر جمعیت جنوب تهران است تا آخر سال جاری به پایان خواهد رسید. در قسمت شمال غرب به منطقه طرشت و بخصوص اطراف کارخانه آلتستوم اولویت داده شد. کارخانه آلتستوم تا چند ماه دیگر از گاز استفاده خواهد کرد. و پس از آنکه لوله کشی گاز این کارخانه به پایان رسید لوله کشی گاز خانگی اطراف آن بسمت شمیران و مناطق شمال و غرب تهران آغاز خواهد شد.

دیدار انتقامی کره شمالی و ایران

بزرگترین رویداد تاریخ فوتبال ایران فردا دیدار انتقامی تیم ملی فوتبال ایران و تیم ملی فوتبال کره شمالی، در ورزشگاه آریامهر شکل میگیرد و دو تیم فوق بهمرادو تیم دیگر سوریه و کویت، دور مقدماتی مسابقه های فوتبال جام جهانی را آغاز می کنند. این بار چهار تیم بزرگ از ۴ کشور ایران، کره شمالی، استرالیا و اسرائیل بزرگترین نامزدهای منطقه آسیا، استرالیا هستند و هر یک راهی به فینال مسابقه های می شوند. مسابقه های مقدماتی زیر گروه ۲ با شرکت تیمهای ایران، کره شمالی، سوریه و کویت به صورت دو دوره ای از فردا در تهران آغاز میشود، و هر دو تیم دوبار با ۳ حریف دیگر خود روبرو میگرد. ایران در نخستین مسابقه خود مقابل کره شمالی قرار می گیرد. کره شمالی که جهت اشتنای باب و هوای تهران امروز قبل از مسابقه های تهران آمده است، با تدارک فراوان خود پیروزی را جستجو میکند. کره شمالی پس از شکست ۲ بر صفر از ایران در مسابقه های مقدماتی المپیک مونبخ ۱۹۷۲، به تدارک وسیعی در زمینه یک تیم خوب دست زده است. امروز سرگرد محمود دبایتی سرپرست تیمهای ملی آرایش تیم ایران را در بازی فردا به این شرح معرفی کرد. منصور رشیدی دروازه بان، ابراهیم اشتیانی، جعفر کاشانی، پرویز قلیچ خانی و مهدی لوسانی، در خط دفاع، علی جباری، علی پروین، کارو حق و دریان در پست هافبک و مسعود مذهبی، حسین کلانی و اصغر شرفی در پست فوروارد. ناصر حجازی اکبر کارگر جم، غلام وفاخواه، جواد قرب و مهدی مناجاتی به عنوان ذخیره، در صورت لزوم به میدان خواهند رفت.

کارگاه ها و کارخانجات به وسائل ضد حریق مجهز میشوند

کلیه کارگاه ها باید دارای وسایل و تجهیزات کافی برای پیشگیری و مبارزه با آتش سوزی باشند و در تمام ساعات شبانه روز اشخاصی را که تعلیمات لازم دیده اند و بطریق صحیح استفاده از وسایل و تجهیزات اطفاء حریق آشنا هستند در اختیار داشته باشند. سخنگوی وزارت کار امروز اعلام داشت بدستور وزیر کار از روز شنبه آینده هیئت های بازرسی کار برای نظارت بر اجرای کامل آئین نامه پیش گیری و مبارزه با آتش سوزی در کارگاه ها به کارخانجات و واحدهای کارگری گسیل خواهند شد. سخنگوی مزبور اضافه کرد طبق آئین نامه مزبور باید همه کارگاه ها در صورت وقوع آتش سوزی چگونگی پیدایش حادثه و رابا ذکر کلیه جزئیات و شرح و سائلی که برای اطفاء آتش در اختیار دارند و میزان خسارت مالی را به اطلاع مرکز آتش نشانی محل و اداره کل بازرسی کار گزارش بدهند.

۵۰۰ مأمور شهر داری آماده کمک شدند

شهر داری پانصد مأمور آماده به خدمت را برای کمک به مردم شهر در نواحی مستقر کرد. این عده در صورت پیش آمدن حوادث طبیعی جاری شدن، سیلاب و ریزش ساختمان ها و ایجاد فرو رفتگی ها به مردم شهر کمک خواهند کرد.

شهر داری اعلام کرد که مأموران در تمام ساعات شبانه روز در نواحی شهر آماده خواهند بود و نحوه مقابله با پیش آمده ها به آنان تعلیم داده خواهد شد. این مأموران علاوه بر امدادگرانی هستند که در آتش نشانی و طیفه نجات حادثه دیدگان را دارند. شهر داری امروز اعلام داشت که روزانه پانصد تن زباله و لجن را از جنوب تهران و حدود ناحیه ۶ جمع آوری میکنند.

شهر داری در این مورد جهت آگاهی مردم شهر یادآور شد که نیمی از بودجه نظافت شهر به مصرف جمع آوری زباله هائی می رسد که مردم در جوی ها ریخته اند و شهر داری برای جمع آوری آن در سال میلیون ها تومان خرج میکند.

در آذربایجان برف میبارد

تبریز از دیروز در بعضی از شهرهای آذربایجان، برف می بارد و ارتفاع برف در خلخال و نقاط کوهستانی آن به نیم متر رسیده است. ریزش برف در خلخال که از دیشب شروع شده بود، تا ساعت ۸ بامداد دیروز ادامه داشت. بنابه گزارش اداره راه آذربایجان شرقی، رفت و آمد و وسایل نقلیه در گردنه اسلام (بین راه آذربایجان و گیلان) بعلت برف سنگین، بکندی صورت میگیرد. گزارش رسیده از ماکو حاکی است ریزش برف در سیه چشمه و کلیسا کندی از دیروز پیش شروع شده و ادامه دارد. در ماکو نیز پس از دیروز بارندگی، برف ریزش کرد و هوای این شهر سردی گرائید چون در ختان میوه در ماکو شکوفا شده، شروع سرمای ناگهانی محصولات را تهدید میکند.

قالب امروز



مراسم تشییع جنازه در صربستان / منبع: msnbc

امروز با حافظ

ای که بر ماه از خط مشکین نقاب انداختی

لطف کردی سسایه ای بر آفتاب انداختی

تا چه خواهد کرد با مسأب و رنگ عارضت

حالیا نیرنگ نقشی خوش بر آب انداختی

گوی خوبی بر دی از خوبان خَلْج شادباش

جام کیخسرو طلب کافر اسباب انداختی

هر کسی با شمع رخسارت به وجهی عشق باخت

ز آن میان پروانه را در اضطراب انداختی

گنج عشق خود نهادی در دل ویران ما

سایه دولت بر این کنج خراب انداختی

زینهار از آب آن عارض که شیران را از آن

تشنه لب کردی و گردان را در آب انداختی

خواب بیداران بیستی و آن که از نقش خیال

تهمت بر شیروان خیل خواب انداختی

پرده از رخ بر فکندی یک نظر در جلوه گاه

وز حیا حور و پری را در حجاب انداختی

باهوش از جام عالم بین که بر اورنگ جم

شاهد مقصود را از رخ نقاب انداختی

از فریب نرگس مخمور و لعل می پرست

حافظ خلوت نشین را در شراب انداختی

وز برای صید دل در گردنم زنجیر زلف

چون کمند خسرو مالک رقاب انداختی

داور دارا شکوه ای آن که تاج آفتاب

از سر تعظیم بر خاک جنساب انداختی

نصره الدّین شاه یحیی آن که خصم ملک را

از دم شیر چون آتش در آب انداختی

نکته

درس بزرگ طبیعت

به راستی می توان با بنیم نگاهی به اسرار خلقت پی به بزرگی و قدرت پروردگاری برد که در جای جای جهان هر نشانه وجودش درسی عبرت آموز برای بشر را به همراه دارد. آیا تاکنون لحظه به دنیا آمدن بچه زرافه ها را دیده اید؟

به دنیا آمدن بچه زرافه خود داستانی عبرت آموز را به همراه دارد. زرافه به صورت ایستاده زایمان می کند و اولین اتفاقی که برای بچه او می افتد این است که او از ارتفاعی حدود ۲ متر به سمت زمین سقوط می کند.

بچه زرافه که هنوز گیج است به شدت تلاش می کند تاروی پای خود بایستد، اما زرافه مادر بارفتاری عجیب لگدی آرام به او می زند تا تعادلش به هم بخورد و باز هم نقش زمین شود.

هر گاه که بچه زرافه تلاش می کند که از زمین بلند شود، مادرش او را بالگدبه ز مین می اندازد. این روند تا آنجا ادامه پیدا می کند که بچه زرافه دیگر رمق بلند شدن ندارد.

در همین موقع مادر باز هم به کودک خود لگدی زند و او را مجبور می کند تاروی پای خود بایستد.

پس از اینکه بچه زرافه بلند شد دیگر مادر لگد زن را قطع می کند و به بچه اجازه می دهد تا به او نزدیک شود. زرافه با این کار به فرزند خود این درس مهم را می دهد که چگونه باید پس از حمله شکار چپان دوباره بلافاصله بلند شود و فرار کند.

یک ضرب المثل عربی می گوید: بعضی وقت ها برای تعلیم باید اندکی خشن باشی.

مترجم: آرش میری خانی
منبع: academictips.org

پند بزرگان

● قبل از ازدواج درباره تربیت اطفال شش نظریه داشتم، حالا شش فرزند دارم ولی دارای هیچ گونه نظریه ای نیستم.

روحستر

● دوست زمان احتیاج، دوست حقیقی است.

ضرب المثل انگلیسی

● خدایا! هنر چقدر بلند و عمر چه اندازه کوتاه است.

گوته

امروز در تاریخ

دولت ایران ورود یونانیان را به مصر ممنوع کرد

فرماندار ایرانی مصر در بهار سال ۵۴ پیش از میلاد با صدور دستوری ورود یونانیان را به مصر ممنوع اعلام کرد. طبق محاسبه تقویم نویسان، این دستور که به سه زبان و سه خط نوشته شده بود چهارم ماهه آن سال صادر شده بود. علت صدور این دستور این بود که یونانیان به تحریک مصری ها بر ضد دولت ایران ادامه می دادند. یونانیان قبلا هم مصریان را بر ضد دولت ایران به شورش وادار کرده بودند که شورش آنان سرکوب شده بود و یونانیان محرک پس از مصادره کشتی هایشان توسط ساتراپ ایرانی مصر، اخراج (دپورت) شده بودند. در قرون قدیم، مصر به مدت ۲۱ سال یک ساتراپی (ایالت) ایران بود.

زادروز خواجه عبدالله انصاری

خواجه عبدالله انصاری ادیب، عارف و اندیشمند ایرانی، چهارم مه سال ۱۰۰۶ میلادی چشم به جهان گشود و ۸۳ سال عمر کرد و در شهر هرات در گذشت. وی معاصر خواجه نظام الملک و ابوسعید ابی الخیر بود. کتاب اسرار و جزوه دل و جان و رساله های قلندر نامه، هفت حصار و محبت نامه از جمله تالیفات او است. مناجات نامه خواجه عبدالله از لحاظ سادگی گفتار و شیرینی بیان، که نظیر توصیف شده است. رباعیات شیخ عبدالله نیز معروفند. نشر خواجه عبدالله شعر گونه (همانند سخن سعدی) است. خواجه عبدالله اندرز فراوان در سیدگی به احوال و رفع دشواری و به دست آوردن دل مردم داده است از جمله این عبارت معروف او «دل به دست آ تا کسی (شخصیتی) باشی» یا «دوست را از دور ببین و کنند، ولی نه از دل». وی گفته است:

درا ره خدادو کعبه آمد حاصل یک کعبه صورت تست / یک کعبه دل تاتوانی زیارت دل ها کن / کافزون ز هزار کعبه آمد یک دل

در گذشت سلطان حسین بایقرا

سلطان حسین بایقرا از نوادگان امیر تیمور گورکان چهارم ماه مه سال ۱۵۰۶ میلادی در شهر هرات در گذشت.

وی که هنگام مرگ ۶۸ ساله بود پس از درگذشت پدرش بر قسمتی از خراسان حکومت می کرد. هرات قرن ها حاکم نشین خراسان بود.

پیمان «فینکن اشتاین»

در اجرای پیمان امضاء شده در چهارم می ۱۸۰۷ در کاخ فینکن اشتاین واقع در پروس (آلمان) میان فرانسه و ایران، نهم جون این سال ژنرال کلود ماتیو (کنت گاردان) با پیمان ویژه ناپلئون عازم تهران شد و متعاقب او مستشاران نظامی فرانسه. گذشت زمان نشان داد که پیمان فینکن اشتاین بیش از پیش، ایران را به میدان رقابت های استعماری و دشمنی های قدرت های اروپایی با یکدیگر کشانید؛ کو چکتر شد و آسیب فراوان دید.

طبق این پیمان، ناپلئون بناپارت تمامیت «برشیا» شامل ایران، افغانستان، ترکمنستان و ازبکستان امروز و تمامی بلوچستان، منطقه قفقاز و مناطقی در شرق دجله را بر سمیت شناخت و قول داد که به ایران کمک کند تا روسیه را از قلمرو تاریخی خود براند و اسلحه، مستشار نظامی و کارشناس به ایران بفرستد.

در عوض، ایران متعهد شد که با دولت لندن تماس و دوستی نداشته باشد و به فرانسه کمک کند تا هندوستان را از چنگ انگلستان خارج سازد و برای رسیدن به این هدف با سران قبایل پشتون (افغانهای ساکن جنوب شرقی و مشرق افغانستان امروز، پاکستان شمال غربی و غرب و منطقه کوئته) به تفاهم برسد، که اینان (پشتونها) با آنان ها «پختون ها» در مساعی مربوط به برچیدن استعمار لندن در هندوستان همکاری کنند.

تولید آسپرین به عنوان دارو

کارخانه بایر آلمان چهارم ماهه ۱۸۸۹ آسپرین را که هر چند وقت یک بار برایش یک خاصیت تازه کشف می کنند به عنوان داروی جدیدالاختراع به صورت پودر به بازار فرستاد.

به این ترتیب آسپرین یکی از قدیمی ترین داروهای دوران جدید است که در هر نقطه از جهان به دست می آید و بدون نسخه دکتر به فروش می رسد. در دهه های اخیر انواع مشتقات آسپرین با نام های مختلف به بازار آمده است. از نظر شیمیایی، آسپرین یک نوع اسید است.

www.iranianshistoryonthisday.com

جدول سودوکو

قانون های حل جدول سودوکو:

- در هر سطر و ستون باید اعداد ۱ تا ۹ نوشته شود بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.
- در هر مربع ۳×۳ اعداد ۱ تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

دشوار ۷۶۹

			۳	۴	۵				
				۲				۵	
۴	۵			۸	۷				۳
									۷
			۶		۲		۵		
					۹				
۱			۷		۸		۳		
۷					۱	۶		۴	۸
		۸					۷		
					۴	۸			

سودوکو (Sudoku) یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می رسد.

آسان ۱۴۴۶

		۷	۹		۲			۸	
		۱	۶		۷			۵	
		۲	۳	۱	۶	۸			۷
			۷		۵			۱	۶
				۱			۳		
۳	۸		۷					۹	
		۹			۲	۳	۷		۵
			۵		۹			۳	۲
					۵			۷	۹
۸					۵				

حل جدول شماره ۱۴۴۵	۱	۶	۲	۳	۹	۸	۷	۵	۴
	۷	۵	۴	۱	۶	۲	۳	۹	۸
	۳	۹	۸	۷	۵	۴	۱	۶	۲
	۲	۱	۶	۸	۴	۳	۹	۷	۵
	۹	۳	۷	۲	۱	۵	۸	۴	۶
	۸	۴	۵	۶	۷	۹	۲	۱	۳
	۵	۲	۱	۹	۸	۶	۴	۳	۷
	۶	۷	۳	۴	۲	۱	۵	۸	۹
	۴	۸	۹	۵	۳	۷	۶	۲	۱

حل جدول شماره ۷۶۸	۲	۴	۱	۳	۸	۶	۵	۹	۷
	۵	۹	۷	۶	۴	۱	۳	۸	۶
	۳	۸	۶	۵	۹	۷	۲	۴	۱
	۱	۶	۴	۶	۷	۳	۸	۵	۹
	۸	۳	۵	۱	۲	۹	۶	۷	۴
	۶	۷	۹	۴	۵	۸	۱	۲	۳
	۹	۱	۲	۸	۶	۴	۷	۳	۵
	۴	۵	۳	۷	۱	۶	۹	۸	۲
	۷	۶	۵	۹	۳	۵	۴	۱	۲